

GUIA DE L'ESTUDIANT **2023-2024**

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
– Esport Col·lectiu I. Bàsquet	13
– Esport d'Espai Separat. Voleibol	15
– Esport Individual I. Gimnàstica	17
– Esport Individual II. Atletisme	19
– Expressió Corporal	21
– Fonaments de l'Educació	23
– Llengua anglesa per a Usos Acadèmics	25
– Psicologia de l'Activitat Física i de l'Esport	28
– Tècniques d'Expressió i Comunicació	31
– Teoria i Història de l'Activitat Física i de l'Esport	34
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE SEGON CURS	36
– Activitats al Medi Natural	36
– Bases de la Pràctica d'Activitat Física	39
– Biomecànica del Moviment Humà	41
– Cinesiologia	44
– Esport Col·lectiu II. Handbol	46
– Esport Col·lectiu III. Rugby	48
– Esport Col·lectiu IV. Futbol	50
– Esport Individual III. Natació	52
– Fisiologia de l'Exercici	55
– Jocs Motors	59
– Sociologia de l'Activitat Física i l'Esport	61
– Tecnologies de la Informació i la Comunicació per a l'Activitat Física i l'Esport	64
– Treball Interdisciplinari	66
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE TERCER CURS	68
– Activitat Física i Esport en l'Àmbit de l'Oci	68
– Didàctica de l'Educació Física I	71
– Didàctica de l'Educació Física II	74
– Entrenament Esportiu I	76
– Entrenament Esportiu II	79
– Estructura, Organització i Gestió Esportiva	82
– Fisiopatologia General i de l'Aparell Locomotor	85
– Programes d'Activitat Física i Salut	89
– Pràctiques I	91
– Seminari de Pràctiques I	93
ASSIGNATURES OBLIGATÒRIES DE QUART CURS	95
– Seminari d'Investigació	95
– Treball de Fi de Grau	97
– Pràctiques II	100

ASSIGNATURES OPTATIVES	102
– Activitat Física per a Persones amb Discapacitat o Malalties Mentals	102
– Activitats Coreogràfiques amb Suport Musical	104
– Aspectes Didàctics i Organitzatius de l'Educació Secundària	106
– Competències Bàsiques i Medi Aquàtic	108
– Comprensió del Joc del Futbol	111
– Direcció d'Equips i Coneixement Estructurat de l'Entrenador a partir de l'Handbol	113
– Entrenadors de Voleibol Juvenil	115
– Esports d'Aventura	117
– Gestió d'Instal·lacions, Empreses i Serveis Esportius	119
– Jocs Populars i Tradicionals	121
– L'Activitat Física com a Recurs Socioeducatiu	123
– Màrqueting Esportiu	125
– Metodologia de l'Entrenament Tècnic i Condicional en el Tennis	127
– Noves Tecnologies Aplicades a l'Anàlisi de l'Esport	129
– Noves Tendències en l'Activitat Física Saludable	131
– Nutrició i Esport	133
– Organització i Gestió d'Activitats i Esdeveniments Esportius	135
– Organització, Gestió i Lideratge de Recursos Humans	137
– Planificació i Organització d'Activitats al Medi Natural	139
– Primers Auxilis i Lesions Esportives	141
– Programació d'Exercici Físic per a Pacients amb Malalties Cròniques i Gent Gran	143
– Projectes Dramàtics en Educació Física	145
– Promoció de la Salut i Benestar Integral a través de l'Activitat Física	147
– Psicologia de l'Entrenament i de l'Alt Rendiment	149
– Tècniques d'Exercici Físic Terapèutic i la seva Aplicació a Diverses Malalties	151
– Treball en Equip a partir del Bàsquet	153

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 progressió 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 matrícula». 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
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
Llengua anglesa per a Usos Acadèmics	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			
	Semestre	Crèdits	Tipus

TERCER CURS

	Semestre	Crèdits	Tipus
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

	Semestre	Crèdits	Tipus
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

	Crèdits
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

	Crèdits
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

	Crèdits
Comprensió del Joc del Futbol	6,0
Entrenadors de Voleibol Juvenil	6,0
Metodologia de l'Entrenament Tècnic i Condicional en el Tenis	6,0

OPTATIVES - ÀMBIT: ENTRENAMENT ESPORTIU

	Crèdits
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
Nutrició i Esport	6,0
Primers Auxilis i Lesions Esportives	6,0
Noves Tecnologies Aplicades a l'Anàlisi de l'Esport	6,0

OPTATIVES - ÀMBIT: GESTIÓ ESPORTIVA

	Crèdits
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

	Crèdits
Jocs Populars i Tradicionals	6,0
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 Miguel Moreno Moreno
G12, presencial, matí	català	Gil Pla Campas Miguel Moreno Moreno

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 son les condicions que n'afavoreixen l'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 Aprentatge i Desenvolupament Motor (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 l'estudi de casos en tots els moments de l'assignatura.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza i avalua l'adequació de les metodologies d'entrenament o d'activitat física mitjançant les teories psicològiques que expliquen l'aprenentatge motor. (RA1)
- Entén i analitza les implicacions del desenvolupament psicomotor en l'esport o en l'activitat física. (RA2)
- Participa activament en l'assignatura assistint a classe amb regularitat, elaborant de les activitats i mostrant una actitud positiva. (RA3)
- Utilitza apropiadament el saber de l'aprenentatge i el desenvolupament motor per millorar experiències reals d'aprenentatge. (RA4)

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 o superior 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 una nota igual o superior a 5. En cas de suspendre un examen, se suspèn 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 del treball obtinguda a final de curs no és recuperable ni millorable.

METODOLOGIA

L'assignatura organitza les sessions de classe de tres maneres ben diferenciades:

1. Sessions de caràcter conceptual, amb suports audiovisuals (vídeos i presentacions) per facilitar l'aprenentatge dels coneixements.
2. Sessions de treball dirigit (STD), dissenyades per facilitar la integració i aplicació del saber conceptual desenvolupat en l'assignatura.
3. Sessions de tutoria, per facilitar el seguiment de l'alumnat a l'assignatura i el desenvolupament del treball.

Igualment, l'assignatura comparteix un percentatge important de les STD amb les sessions pràctiques de Bàsquet de 1r curs. Aquesta assignatura serveix d'estudi de casos per aprendre i aplicar les nocions desenvolupades a ADM. El detall de les sessions de STD compartides amb Bàsquet i de la resta de sessions queda descrit en el pla de treball. Aquest pla està publicat a l'aula virtual i descriu exactament quin és el contingut de la sessió, el format de classe i què s'espera de l'alumnat.

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	Dídac Herrero Ballart Daniel Moreno Galceran
G12, presencial, matí	català	Dídac Herrero Ballart Daniel Moreno Galceran

OBJECTIUS

Aquesta assignatura proporciona les eines bàsiques per a la comprensió de la iniciació esportiva i de l'esport, i desenvolupa aspectes comuns en els diferents esports que s'ofereixen al grau. Es transmeten i apliquen 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

- Aplica adequadament els conceptes esportius, la tècnica, la tàctica, l'estratègia, l'habilitat, la competència i l'aptitud.
- Classifica els esports i en fa una anàlisi estructural.
- Coneix i aplica diferents propostes de tasques de forma ajustada als objectius plantejats.
- Identifica les seves pròpies necessitats formatives en l'àmbit laboral o professional i organitza l'aprenentatge propi 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 en l'assignatura
- Tutories de grup per al seguiment dels treballs en grup
- Activitats de 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 i 4, 2, 3 i 5
- Treballs en grup (30 %, recuperables). Resultats d'aprenentatge 1 i 4, 2, 3 i 5

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

Aquests elements només són recuperables durant el període de recuperació si els elements pendents no superen el 50 % de la nota final de l'assignatura.

METODOLOGIA

Les sessions de classe tenen la finalitat de presentar a l'estudiant els conceptes clau per assimilar els objectius de l'assignatura. Per això el professor o els alumnes fan exposicions orals i també s'elaboren treballs grupals, es projecten documentals, etc.

Les sessions de treball dirigit pretenen que l'estudiant aprofundeixi els continguts que es presenten en l'assignatura. Es fan pràctiques, treballs en grup, exposicions dels alumnes... La participació activa dels estudiants és imprescindible per obtenir una bona assimilació de tots els continguts.

Les sessions de tutoria individual es destinen a fer el seguiment del procés d'aprenentatge de cada estudiant.

El pla de treball serveix per planificar la feina que l'estudiant ha de dur a terme per estudiar cadascun dels temes de l'assignatura. Va acompanyat d'un calendari que es va presentant a l'estudiant a fi que planifiqui el treball semestral.

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.

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 assignatura de 1r curs és teoricopràctica i s'imparteix durant el 2n semestre. Els objectius generals són:

- Aprendre de forma pràctica els aspectes tècnics i tàctics del bàsquet.
- Conèixer aspectes bàsics del reglament del bàsquet.
- Elaborar i dominar els criteris metodològics per a la confecció de tasques en el bàsquet.
- Dissenyar representacions gràfiques del bàsquet.
- Utilitzar recursos metodològics per ensenyar el bàsquet.
- Analitzar, sintetitzar i reflexionar sobre documents i vídeos del bàsquet.
- Cooperar amb els companys i companyes per entrenar i competir com un equip de bàsquet.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza de forma global els gestos tècnics i les normes tàctiques aplicades al bàsquet.
- Observa i analitza els errors tècnics aplicats al bàsquet.
- Executa de forma correcta accions pròpies del bàsquet.
- Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada a la iniciació esportiva.
- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals pot fonamentar les seves conclusions, que inclouen, si és necessari i pertinent, reflexions sobre assumptes d'indole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i de l'activitat física.
- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb aquests objectius i amb 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 dels 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 de resultats

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 fan 2 proves teòriques amb el valor següent en 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-la, cal recuperar-la durant les setmanes de recuperació. Resultats d'aprenentatge: 15.1 i 21
2. Activitats d'anàlisi tècnic i tàctic (recuperable): l'estudiant ha d'avaluar aspectes tècnics i tàctics individuals i col·lectius del bàsquet. 20 % de la nota final. Resultats d'aprenentatge: 16.1 i 22
3. Treball en equip (recuperable): cada equip ha d'elaborar un portafolis de les sessions que portarà a terme. El treball en equip val un 20 % de la nota final. El treball en equip es fa en les sessions pràctiques d'entrenament de l'equip. Si un integrant de l'equip no assisteix a un 70 % de les sessions d'entrenament de l'equip, ha de fer tot el treball d'equip de forma individual i presentar-lo durant les setmanes de recuperació. Resultats d'aprenentatge: 19
4. Prova pràctica (no recuperable): la prova pràctica consisteix a fer un partit de bàsquet. Té un valor d'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 pot fer la prova pràctica. Es valora la capacitat d'entrenar i de jugar a bàsquet segons els continguts de l'assignatura. L'estudiant que no aprovi el treball en equip i que no pugui fer la prova pràctica, no la pot recuperar. Resultats d'aprenentatge: 17.1, 19 i 21

METODOLOGIA

Les sessions classe són d'una hora de classe magistral, en què professor i estudiants exposen els continguts treballats. Les sessions de treball dirigit són totes classes pràctiques i es porten a terme en els pavellons de la ciutat de Vic.

El pla de treball està organitzat en tres fases:

1. Una primera fase inicial d'unes 6 setmanes conduïdes pel professor en què s'exposen els objectius de l'assignatura, el reglament i els principis tècnics, tàctics i metodològics de l'assignatura.
2. Una segona fase de 6 setmanes més en què l'alumnat pren la iniciativa i exposa classes pràctiques, elabora el treball en equip i fa l'anàlisi de l'encadenament tècnic.
3. Una última fase d'unes 3 setmanes en què es juguen partits de bàsquet i es finalitza amb l'avaluació.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Jordana Dot, R., Martín León, M. (2010). *Direcció 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.
- Ticó 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

Aquesta 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 en una fase d'iniciació. Dota l'alumnat dels coneixements i recursos necessaris per entendre el voleibol i poder-ne fer aplicacions en l'àmbit escolar, recreatiu i competitiu.

Els objectius són:

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

RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza de forma global els gestos tècnics aplicats al voleibol. (RA1)
- Observa i analitza els errors tècnics aplicats al voleibol. (RA2)
- Executa de forma correcta les accions pròpies del voleibol. (RA3)
- Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva del voleibol. (RA4)
- Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada al voleibol. (RA5)

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.

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 té en compte obligatòriament:

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 %

És indispensable l'assistència i participació a les classes pràctiques (el mínim obligatori per tenir dret a qualificació final és d'un 70 %), aprofitar-les i mostrar una actitud activa i participativa (APTE / NO APTE). Els alumnes lesionats que no facin pràctica en més de 3 sessions han de fer una activitat extra. Als alumnes que acumulin 4 retards se'ls comptarà com una falta d'assistència.

Per superar l'assignatura en primer lloc cal obtenir la qualificació d' **apte** en l'apartat d'assistència i complir els altres requisits d'aquest apartat.

En segon lloc, cal 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 **poden tornar a presentar aquestes tasques l'última setmana de docència** (data fixada al pla de treball de l'assignatura).

En tercer lloc, l'alumne ha de superar la resta d'elements d'avaluació dels resultats d'aprenentatge. En aquest sentit, cal tenir en compte que per tenir dret a avaluació complementària **s'han d'aprovar de forma obligatòria totes les evidències qualificadores per separat**, ja que cadascuna d'elles avalua competències diferents. A més, l'alumne que **no superi el 50 % d'aquestes evidències** abans de la setmana de recuperació **no té dret a avaluació complementària posterior**.

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

La no superació de l'assignatura suposa haver de repetir l'assignatura completa en cursos acadèmics posteriors.

METODOLOGIA

En les sessions amb el grup classe (SGC) es treballen els conceptes i idees clau de cada tema, a partir fonamentalment de les explicacions del professor, amb el suport de diapositives de PowerPoint, imatges, fragments de vídeo i textos sobre els quals es proposen activitats.

Les sessions de treball dirigit (STD) estan destinades principalment a la pràctica dels fonaments tècnics, tàctics i reglamentaris de l'esport, així com a les principals formules d'iniciació al voleibol. Les STD també es destinen a l'observació en vídeo de partits i documents audiovisuals de la temàtica, així com a activitats amb altres finalitats didàctiques.

Les tutories individuals i de grup serveixen per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, així com per treballar els aspectes que presentin més dificultat per a l'alumnat.

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 d'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 de l'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 gestos tècnics aplicats a la gimnàstica artística. (RA1)
- Observa i analitza els errors tècnics aplicats a la gimnàstica artística. (RA2)
- Executa de forma correcta accions pròpies de la gimnàstica artística. (RA3)
- Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació a la gimnàstica artística. (RA4)
- Dirigeix amb autonomia i responsabilitat una sessió de treball aplicada a la iniciació esportiva. (RA5)
- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb aquests objectius i amb el temps de què 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.
- 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 viure 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 contempla de forma obligatòria:

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 en primer lloc cal obtenir la qualificació d' **apte** en totes les tasques de seguiment.

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

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

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

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

METODOLOGIA

Les classes són fonamentalment teoricopràctiques, al gimnàs del pavelló de l'Ausoneta. El treball individual s'estructura en tasques de cooperació intragrupos.

Sessions de grup classe

- Transmissió de continguts teòrics i pràctics
- Pràctica en grups reduïts amb seguiment constant
- Realització d'examen teòric i pràctic

Sessions de treball dirigit

- Reflexió i anàlisi de les lectures proposades
- Preparació de sessions pràctiques: disseny de tasques, exposicions...

Sessions de tutoria personalitzada

- Seguiment dels treballs d'exposició

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 Rodríguez, 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 base motriu sòlida 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.

Els objectius són:

- Conèixer els fonaments, les descripcions tècniques, les errades més freqüents i les activitats d'ensenyament-aprenentatge de totes les proves de l'atletisme.
- Reconèixer l'atletisme com a mesura de la condició física i base de tots els altres esports i activitats físiques, i com a element col·laborador en la consecució dels objectius generals de l'educació física.
- Conèixer la història de l'atletisme, el paper de la dona i l'organització de les competicions tant del programa olímpic com del paralímpic.
- Saber com crear les bases físiques i tècniques necessàries per a l'etapa de formació fins a la de l'esport d'alt nivell.
- 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.
- Motivar l'alumnat per a la pràctica i el seguiment de l'atletisme.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza en equip els gestos tècnics d'una competició d'atletisme enregistrada per l'alumnat. (RA1)
- Observa i analitza l'execució dels gestos tècnics de l'atletisme i corregeix les diferents errades. (RA1, RA2)
- Executa de forma correcta les accions tècniques de l'atletisme. (RA3)
- Aprèn la metodologia d'iniciació a l'atletisme. (RA4)

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 en 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 en 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 en 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 en els 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 en els llançaments

AVALUACIÓ

L'avaluació obligatòria de tots els alumnes consta de les tasques següents:

- **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 realitzades a l'aula o a la classe pràctica** (20 % de la nota final)
- **Aplicació pràctica** (10 % de la nota final)
- **Assistència i participació a les classes pràctiques** (el mínim obligatori per tenir dret a qualificació final és d'un **70 % d'assistència**)
 - S'ha de mostrar una actitud d'aprofitament (APTE / NO APTE).
 - Els alumnes lesionats que no facin pràctica durant més de 3 sessions han de fer una activitat extra.
 - Als alumnes que acumulin 4 retards se'ls compta com una falta d'assistència.

Per superar l'assignatura s'han de tenir en compte els aspectes següents:

- D'una banda, per obtenir qualificació l'estudiant ha de **superar amb apte l'apartat d'assistència**.
- D'altra banda, ha 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 l'avaluació complementària o de recuperació, l'estudiant ha d' **haver superat el 50 % de les tasques d'avaluació abans de la setmana de recuperació**.

Els alumnes que es presentin a la recuperació de l'avaluació poden optar igualment a la màxima qualificació final de l'assignatura.

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

METODOLOGIA

Les **sessions amb el grup classe** van dirigides a tot el grup. S'hi fa la transmissió de continguts per part de la professora mitjançant exposicions orals, que inclouen presentacions PowerPoint, articles, vídeos i materials exclusius. També es fan sessions en què els alumnes són els encarregats de crear el material. L'objectiu d'aquestes sessions és donar les eines necessàries per poder dirigir sessions pràctiques d'atletisme amb rigor.

Les **sessions de treball dirigit** van adreçades a grups reduïts de treball. Es porten a terme fonamentalment a les pistes d'atletisme i tenen com a objectiu desenvolupar l'aplicació dels continguts teòrics tractats a l'aula mitjançant la realització de activitats d'iniciació a l'atletisme.

Les **sessions de tutoria** individual i de grup es destinen a fer el seguiment del procés d'aprenentatge dels estudiants i a treballar els aspectes que comporten més dificultats

Les **hores de treball personal** per part de l'estudiant, van destinades bàsicament a la realització de treballs individuals i/o en grups reduïts, l'assistència a competicions i/o entrenaments d'atletisme, la preparació d'exàmens, la cerca de bibliografia, la realització de lectures obligatòries de l'assignatura i la preparació d'exercicis relacionats amb les sessions de treball dirigit.

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.
- Peronnet, F. (2001). *Maraton*. INDE.
- Piasenta, J. (2000). *Observación del deportista*. INDE.
- Rius, J. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. 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.

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 Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (CAFE) mitjançant recursos dramàtics que alhora li permetin viure la seva futura professió a partir del cos, l'expressió i l'art.

Els objectius són:

- Prendre consciència del propi cos: treball personal, relació amb els altres i amb l'entorn, espontaneïtat i creativitat.
- Millorar en la concentració i l'escolta.
- Desenvolupar la capacitat d'expressar corporalment emocions, sensacions, vivències, idees, conceptes i records: sensibilitat i imaginació.
- Valorar la importància humanitzadora del desenvolupament emocional i perceptiu a través del cos i de 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 i professionals pròpies en relació amb 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 pot fonamentar conclusions, que inclouen, si és necessari i pertinent, reflexions sobre aspectes de caràcter social, científic o ètic en l'àmbit dels esports i de 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. Conèixement 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 d'expressió corporal per aplicar a l'ESO

AVALUACIÓ

L'alumnat ha de representar (en directe o en un enregistrament) o lliurar (carpeta d'aprenentatge) activitats plantejades a partir de les sessions de classe i de treball dirigit. Aquestes activitats poden ser individuals o en grup i inclouen representacions dramàtiques i d'expressió, exposicions orals i treballs d'anàlisi i síntesi. En aquest sentit, serveixen com a instruments d'avaluació:

- Diari de l'assignatura i reflexió final: 20 %; RA 89.1, 90.1 (recuperable)
- Diversos treballs duts a terme en les sessions pràctiques: 40 %; RA 90.1, 85 (no recuperable)
- Disseny i aplicació a l'aula d'una unitat didàctica d'Expressió Corporal: 30 %; RA 84.1, 86.1 (no recuperable)
- Actitud, assistència i participació activa a l'aula: 10 %; RA 87, 84.1, 86.1 (no recuperable)

En ser una assignatura de caràcter eminentment pràctic, es demana una assistència mínima al 80 % de les classes pràctiques. Si no es compleix aquesta condició, no es pot aprovar l'assignatura.

METODOLOGIA

Les classes presencials són de caràcter totalment pràctic. Es treballa amb diferents tipus d'agrupament (petit i gran grup) a partir de jocs i d'activitats de resolució i de descobriment.

Es fomenta el treball cooperatiu, coeducatiu i integrador, en què s'utilitzen estils d'ensenyament que propicien la socialització i afavoreixen la creativitat. Es proposen activitats obertes perquè tothom hi participi segons les seves possibilitats.

Es fomenta una metodologia activa i investigadora.

Les classes virtuals tenen un component pràctic que ens permet l'elaboració del treball didàctic que cal presentar a final de curs i un component teòric directament relacionat amb la pràctica que es presenta en diversos formats (lectures, vídeos, debats...).

Les tutories personals i en grup s'inclouen dins la temporització del pla de treball sense perdre flexibilitat, de manera que es recullen les demandes i necessitats que puguin sorgir durant el semestre.

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	Guillem Riba Duarte
G12, presencial, matí	català	Jesús Soldevila Pérez

OBJECTIUS

En aquesta assignatura es vol oferir a l'alumnat els coneixements i recursos necessaris per configurar les bases sobre les quals pot construir els criteris necessaris per analitzar, valorar i actuar de forma crítica en l'àmbit de l'educació.

Els objectius són:

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

RESULTATS D'APRENTATGE

- Reflexiona de forma crítica davant de diferents situacions educatives del món actual.
- Té criteris per fonamentar la pràctica educativa.
- Disseny activitats educatives per a l'aprenentatge de diferents continguts.
- Coneix i valora algunes estratègies d'ensenyament-aprenentatge.
- Es responsabilitza en l'aprenentatge individual i en l'aprenentatge en equip per a l'elaboració de tasques.
- 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 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. L'educació: funcions i finalitats
 - Definició del concepte d'educació
 - Funció socialitzadora de l'educació
2. L'educació en la modernitat i en el món actual
 - L'educació inclusiva
 - Els pilars de l'educació
 - Pedagogies del segle XXI
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

Per obtenir la nota final es ponderen les notes obtingudes a través de les tasques i procediments d'avaluació. Si hi ha alguna part suspesa, no es fa la mitjana i, per tant, la nota final de l'assignatura és de suspens.

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

- La realització d'un examen final del conjunt de continguts teoricopràctics treballats en l'assignatura. L'examen és individual i es fa en la data de la convocatòria oficial. La nota de l'examen suposa 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 pot 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 fa en equip, fet que suposa que també s'avaluen les competències de treball en equip. La nota del projecte, la presentació i la competència de treball en equip suposen el 30 % de la nota final (3 punts). Suspendre la competència de treball en equip o l'exposició suposa obtenir un suspens del treball i, per tant, de l'assignatura.
- L'elaboració de tasques de preparació prèvies a les sessions, d'activitats de l'assignatura dedicades a la discussió de textos o documents audiovisuals, o la realització d'activitats d'aplicació pràctica a l'aula. El professorat de l'assignatura anuncia aquestes tasques oportunament, les quals poden tenir caràcter individual o d'equip. Aquestes tasques suposen una actitud favorable, participativa i de respecte a l'aula que es pot avaluar directament, a criteri del professorat. Aquestes tasques suposen el 30 % de la nota final (3 punts). Del conjunt d'aquestes tasques, les que comporten una exposició a l'aula no són recuperables.

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

No es pot recuperar cap tasca si se suposa o constata plagi, no es fa el lliurament a través del mitjà establert pel professorat, hi ha impuntualitat injustificada o s'incompleix la normativa de presentació dels treballs.

METODOLOGIA

Les sessions de treball combinen les explicacions i comentaris del professorat amb la visualització de vídeos, la lectura d'articles i l'anàlisi posterior conjunt del contingut.

La metodologia de l'assignatura és bàsicament participativa i cooperativa, per tant, implica l'assistència obligatòria de l'estudiant.

La metodologia també passa pel treball individual a casa en format de tasques, lectures i informes obligatoris i puntuables en l'avaluació general.

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
- Carbonell, Jaume (2015). *Pedagogías del Siglo XXI*. Ediciones Octaedro.
- Doin, Germán (2012). *La educación prohibida* [DVD]. Independiente.
- Tharp, 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.

Llengua Anglesa per a Usos Acadèmics

Tipologia: Formació Bàsica (FB)

Crèdits: 6,0

Semestre: 1r o 2n

Grup	Llengua d'impatrió	Professorat
G11, presencial, matí	anglès	Ruben Giró Anglada Andrea Kata Varju Cristina Aroca Cuatrecasas

OBJECTIUS

En el context global actual, l'accés a la informació ha adquirit una importància cabdal. Es calcula que el 80 % de la informació en format electrònic està en anglès i que al voltant del 50 % de totes les publicacions científiques i acadèmiques també estan escrites en aquest idioma. Per aquest motiu, en aquesta assignatura es treballa la capacitat d'extreure, comprendre i produir informació en llengua anglesa oralment i per escrit.

Els alumnes han de:

- Adquirir l'hàbit de consultar documents orals i escrits en llengua anglesa com a font d'informació sobre temes relacionats amb les ciències de l'activitat física i de l'esport.
- Adquirir eines, tècniques i estratègies per poder accedir a la informació en documents orals i escrits en llengua anglesa.
- Adquirir els recursos suficients per poder comprendre i interpretar textos dels àmbits científic, acadèmic i professional.
- Desenvolupar estratègies per expressar-se oralment i per escrit en llengua anglesa.
- Desenvolupar autonomia a l'hora de sintetitzar i resumir informació de textos orals i escrits.
- Conèixer i utilitzar les estructures gramaticals i el vocabulari adequats al context acadèmic i a la matèria de les ciències de l'activitat física i de l'esport.
- Desenvolupar habilitats per fer presentacions orals en anglès.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Comprèn de manera correcta textos acadèmics en llengua anglesa d'un nivell B1.
- Prepara, organitza i fa produccions orals en llengua anglesa de nivell B1.
- Crea textos breus de nivell B1 en llengua anglesa.
- Comprèn missatges orals de nivell B1 i escrits de diferent tipologia de forma completa expressats en les llengües pròpies i en anglès.
- Selecciona correctament la informació de les fonts consultades.
- Comunica a tot tipus d'audiències (especialitzades o no) de manera clara i 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

Estratègies per a la lectura acadèmica

- Lectura eficaç
- Lectura per obtenir una visió general
- Lectura centrada

Estratègies per a l'escriptura acadèmica

- Estructura de la frase, ordre de paraules i connectors
- Estructura del paràgraf: tesi, desenvolupament i conclusió
- Estructura del text
- Cites i paràfrasis

Estratègies per fer exposicions orals

- Estratègies per entendre les exposicions orals acadèmiques
- El procés de preparació d'una exposició oral
- El llenguatge de les exposicions orals

Vocabulari acadèmic

- Ús efectiu dels diccionaris

AVALUACIÓ

L'avaluació d'aquesta assignatura és contínua i es basa en el treball personal, el treball dirigit, les proves parcials, l'exposició oral i la participació a l'aula.

Avaluació de procés

- Treball personal: preparació, presentació i correcció de les tasques de lectura i escriptura d'acord amb els terminis acordats
- Treball dirigit: treball preparatori corresponent a l'exposició oral i escrita en anglès d'un tema relacionat amb les ciències de l'activitat física i de l'esport
- Participació: assistència a les sessions amb el treball preparat i participació en els debats dels exercicis de manera productiva

Avaluació de resultats

- 2 exàmens parcials: proves per avaluar l'assimilació dels continguts.
- Treball en grup: exposició oral en anglès d'un tema relacionat amb les ciències de l'activitat física i de l'esport, també lliurada en format escrit. L'exposició oral es fa en grup. Malgrat això, la nota és individual. La nota corresponent al treball escrit és grupal.

La nota final es calcula mitjançant els components següents:

- 2 activitats obligatòries: 20 % (recuperable)
- 1r examen: 20 % (recuperable)
- 2n examen: 20 % (recuperable)
- Projecte: 20 % (no recuperable)
- Activitats de classe: 20 % (no recuperable)

Per aprovar l'assignatura s'ha d'aprovar per separat cadascun dels elements avaluats.

Els treballs presentats han de ser inèdits i elaborats per l'estudiant.

Recuperació d'elements avaluables

Totes les parts s'han d'aprovar per separat amb una nota mínima de 5 i només es poden repetir exàmens i activitats obligatòries. Els estudiants només poden recuperar el 50 % de l'avaluació de l'assignatura, segons la Normativa acadèmica dels estudis de grau vigent.

La recuperació dels exàmens i/o el treball escrit en grup es fa durant la setmana de recuperació. Qualsevol activitat o examen recuperat només pot tenir una nota màxima de 5.

Només poden presentar-se a la recuperació els estudiants que han suspès la primera avaluació. No poden tornar a avaluar els treballs ja aprovats ni tornar a fer els exàmens per apujar nota.

Si se suspèn un (o més) dels elements avaluables després del període de recuperació, s'ha de repetir tota l'assignatura.

METODOLOGIA

Per assolir les competències i els objectius de l'assignatura és imprescindible assistir a totes les sessions de classe amb regularitat i portar el material lliurat en cada sessió.

- **Sessions de classe:** s'adrecen a tot el grup i s'hi transmeten i treballen els continguts de l'assignatura a través de textos escrits i materials audiovisuals

- **Treball dirigit:** s'hi fa treball en grups reduïts en què l'alumnat, amb l'orientació del professorat, ha de resoldre els dubtes i dificultats que sorgeixin en les hores de treball personal. Aquestes sessions també serveixen perquè els estudiants facin el seu treball de recerca amb textos acadèmics en llengua anglesa. És obligatori que tots els membres del grup assisteixin a les sessions de treball dirigit.
- **Treball personal:** treball que l'estudiant ha de dedicar a la preparació i realització de les activitats proposades, sobretot lectures i tasques relacionades, i al desenvolupament dels recursos lèxics propis.
- **Tutories individuals:** sessions de seguiment de l'aprenentatge dels alumnes. Al llarg del semestre es fan tutories individuals a petició de l'estudiant o de la professora o professor.
- **Pla de treball:** és l'eina que s'utilitza per planificar el treball que ha de fer l'estudiant en cadascun dels temes de l'assignatura. Es lliura a l'inici del semestre, la qual cosa permet que l'estudiant pugui organitzar el treball personal.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- (2014). *Oxford Learner's Dictionary of Academic English*. Oxford.
- De Chazal, E. & Rogers, L. (2013). *Oxford EAP. A course in English for Academic Purposes (Intermediate/B1+)*. Oxford.
- Murphy, R. (2005). *English Grammar in Use*. Cambridge.
- Philpot, S. & Curnick, L. (2011). *Headway. Academic Skills. Reading, Writing and Study Skills*. Oxford.
- Swan, M. (2017). *Practical English Usage*. Oxford.

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	Manuel Carballo Calvo

OBJECTIUS

Els objectius d'aquesta assignatura són:

- Proporcionar els conceptes psicològics bàsics que permetin fer un primer acostament a la comprensió del comportament humà.
- Conèixer i comprendre els fonaments de la psicologia de l'activitat física i de l'esport.
- Identificar els diferents àmbits d'aplicació de la psicologia de l'activitat física i de l'esport.
- Integrar els coneixements generals de la psicologia i aplicar-los a l'activitat física i a 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

- Comprèn els fonaments de la psicologia de l'activitat física i de l'esport.
- Adquireix els conceptes psicològics bàsics que li permeten fer un apropament a la comprensió del comportament i de les emocions de l'ésser humà.
- Identifica els diferents àmbits d'aplicació dels principis psicològics.
- Integra els coneixements generals de la psicologia i els aplica correctament a l'activitat física i a l'esport.
- 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

- Què és la psicologia?
- Escoles i àrees d'especialització en psicologia
- La conducta i els processos cognitius

Bloc 2. Psicologia de l'esport i l'exercici físic

- Què és la psicologia de l'esport i l'exercici físic?
- Què fan els especialistes en psicologia de l'esport? Rol del psicòleg de l'esport
- Evolució i estat actual de la psicologia de l'esport
 - Aspectes teòrics
 - Aspectes metodològics
 - Aspectes aplicats
 - Investigació i aplicació
- Les relacions entre el professor i/o entrenador i l'esportista i famílies

- El triangle esportiu
- Expectatives del professor i/o entrenador i rendiment de l'esportista

Bloc 3. Intel·ligència emocional aplicada a l'esport

- Intel·ligència emocional aplicada a l'esport
- La comunicació: principis de reforç i *feedback*
- La motivació: establiment d'objectius
- Comprensió dels processos grupals: el lideratge i els estils de presa de decisió en l'esport

Bloc 4. Objectius dels entrenadors amb les famílies

Bloc 5. Programes d'exercici físic

- Exercici físic i benestar psicològic
- Adhesió a l'exercici físic
- Esgotament i sobreentrenament

AVALUACIÓ

Avaluació de procés

- Tutories individuals del procés d'aprenentatge seguit en l'assignatura (RA1, RA2)
- Tutories de grup per al seguiment del pla de treball (RA2, RA3)

Elements d'avaluació

- **Realització d'activitats de classe (40 %).** Treball de classe + sessions de treball dirigit (no recuperable)
 - Es pot 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 aproximadament el 50 % de les sessions de treball dirigit (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 la recuperació, si hi ha dos exàmens suspesos, cal 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 queda 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 %
 - Presentació final: 5 %

Per als alumnes repetidors, l'assignatura és presencial. Els casos particulars s'han de parlar a l'inici de l'any amb el professorat i en coordinació amb la direcció del grau.

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

METODOLOGIA

Les sessions de classe serveixen per organitzar les idees clau del tema que després l'estudiant ha d'ampliar i aprofundir amb les fonts d'informació bàsica i complementàries de cada tema. Així, a les sessions de classe el professor fa exposicions orals, promou el visionat de pel·lícules i documentals, etc.

Les sessions de treball dirigit consisteixen a portar a terme el treball del programa a partir de les explicacions a classe, la participació dels estudiants mitjançant lectures obligatòries i l'aplicació dels coneixements adquirits en exercicis pràctics.

Les sessions de tutoria individual es destinen a fer el seguiment del procés d'aprenentatge de cada estudiant. A llarg del curs cada estudiant ha de fer dues tutories individuals.

El pla de treball és el document que reflecteix la concreció dels objectius, continguts, metodologia i avaluació de l'assignatura dins l'espai temporal del quadrimestre. Es tracta d'un document que planifica temporalment les activitats concretes de l'assignatura.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Becker Jr., B., Samulski, D. nTeloöken, 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	Sebastià Bennassar Llobera Jaume Coll Mariné Laura Navarro Lara
G12, presencial, matí	català	Sebastià Bennassar Llobera Jaume Coll Mariné Laura Navarro Lara

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). (G8)

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 pot fonamentar les seves conclusions, que inclouen, si és necessari i pertinent, reflexions sobre qüestions de tipus social, científic o ètic dins l'àmbit dels esports i l'activitat física. (RA 5)
- Actua amb compromís i responsabilitat en les situacions habituals i les que són pròpies de la professió. (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 professional o 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
- 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'escribit
 - 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, nominalitzacions, 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 de procés

L'avaluació de l'assignatura és continuada. Al llarg del semestre s'avalua l'alumnat 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 permeten anar assolint els continguts de l'assignatura. El professorat en fa el seguiment en les sessions de treball dirigit. Cal tenir en compte que:

- Totes les produccions, tant orals com escrites, es fan 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 considera 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 realitzen a dins i a fora de l'aula.
- La nota d'aquest bloc és el resultat dels percentatges que s'estableixen en aquesta part al llarg del semestre.
- Les tasques no realitzades o no presentades en el termini previst equivalen a un 0 i no es poden 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 és 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 poden recuperar els blocs II i III.

Per la part del bloc I, cal haver superat, separatament, el conjunt d'activitats orals i el conjunt d'activitats escrites.

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

Quant al bloc III, es fan 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 que la segona prova estigui aprovada. Si no és així, aquest bloc es pot 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.

METODOLOGIA

Aquesta assignatura és presencial.

Atès el caràcter instrumental i, per tant, pràctic de l'assignatura, les sessions de classe es dediquen a l'exposició dels continguts dels diferents temes, tot fent una atenció especial a l'anàlisi de models i de produccions que han de permetre que l'alumnat desenvolupi les seves pròpies tasques.

En les sessions de treball dirigit es treballa en grups reduïts i individualment en la producció de textos orals i escrits.

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
G12, presencial, matí	català	Josep Casanovas Prat

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 que permet 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 d'entendre l'esport en l'actualitat i també d'explicar críticament la nostra societat.
- Conèixer l'estreta relació entre l'esport i l'educació física.
- Tractar l'esport modern d'àmbit mundial a través del 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

- Analitza la definició d'esport modern i n'identifica les característiques principals. (RA1)
- Relaciona l'esport modern amb la societat contemporània. (RA2)
- Utilitza de forma adequada documents i bases de dades sobre la història de l'esport. (RA3)
- Mostra sensibilitat i respecte pel patrimoni històric i cultural relacionat amb l'esport. (RA4)
- Adquireix coneixements avançats que demostrin comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camp dels esports i de l'activitat física. (RA5)
- Mostra 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 porta a terme a partir de les activitats individuals i en grup dels alumnes. Es fa un seguiment a través de tutories individuals i de grup.

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

- Comentari individual de text: 20 %
- Lectura sobre olimpisme: 10 %
- Treballs en grup: 40 % (Fonts històriques: 20 % + Història social: 20 %)
- Qüestionaris individuals: 30 %

Es valora la participació en les activitats. La nota final s'obté de la suma dels elements anteriors. No es poden recuperar les activitats si la part suspesa supera el 50 %.

METODOLOGIA

En les sessions de treball dirigit (STD) es fa la part més pràctica de l'assignatura, en què s'elabora un treball cooperatiu d'història social de l'esport a partir de diverses fonts històriques. En les sessions de grup classe s'aporten els continguts teòrics de l'assignatura i es fan nombroses activitats d'aprenentatge.

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	Àngel Santamariña Rubio Carles Redorta Peix Xavier Redorta Peix
G12, presencial, matí	català	Àngel Santamariña Rubio Carles Redorta Peix Xavier 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 de l'Esport per organitzar, coordinar i responsabilitzar-se d'aquestes activitats.
- Conèixer i practicar diferents activitats que es fan en el medi natural, per millorar-ne aspectes motors 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'APRENENTATGE

- 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 amb les planificacions i objectius plantejats i estableix mesures de millora individual.
- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals pot fonamentar les seves conclusions, que poden incloure, quan és necessari i pertinent, reflexions sobre assumptes d'indole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i de 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 de 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
 - La legislació vigent
 - Les titulacions esportives en el medi natural

AVALUACIÓ

Instruments d'avaluació

- Bloc d'orientació: 20 %
- Bloc de medi natural i meteorologia: 15 %
- Bloc de BTT: 15 %
- Bloc d'excursionisme: 25 %
- Bloc de roca: 20 %
- Bloc de sortides professionals i legislació: 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'han de recuperar: cursa d'orientació, sortida a Matagalls, excursió en 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 durant la setmana de recuperació.

Màxim es pot 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 punts més en la nota final, sempre que l'assignatura estigui aprovada.

METODOLOGIA

- Les sessions pràctiques a la Universitat són sempre amb grups reduïts per aprofitar el treball més motor i tècnic.
- Els continguts més teòrics es treballen en gran grup, grup reduït i de forma autònoma com a treball personal.
- Les sessions de tutoria individual o en grup es destinen a fer el seguiment dels treballs de l'assignatura i a resoldre dubtes de l'assignatura.
- A les hores de treball personal l'alumne ha d'aprofundir els continguts teòrics, treballar per fer el seguiment de l'assignatura i elaborar els treballs proposats.

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 Daniel Moreno Galceran Jordi Merino Tantiña Ramon Rosanas Orra
G12, presencial, matí	català	Jordi Coma Bau Daniel Moreno Galceran Ramon Rosanas Orra

OBJECTIUS

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

RESULTATS D'APRENTATGE

- Demostra tenir una base d'experiència teòrica i pràctica per poder-se iniciar en el món pràctic de l'entrenament. (RA5)
- Reconeix diferents treballs pràctics relacionats amb la temàtica de l'assignatura i genera idees noves. (RA6)
- Analitza èticament situacions d'injustícies i desigualtats, i proposa mesures compensatòries. (RA1)

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 relacionats 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 valora en aquell moment.

Important

- La setmana de tancament no és setmana de recuperació.

— Si se suspèn més d'un 50 % de l'assignatura, no hi ha possibilitat de recuperar-la el mateix any.

Avaluació

Cal aprovar totes les parts següents per separat:

- Participació activa i alegre en les pràctiques: 15 %
- Entrega de diferents exercicis al llarg del curs: 15 %
- Execució de diferents exercicis i de proves d'aptitud física: 20 %
- Avaluacions formatives al llarg del curs: 50 %. Cal aprovar-les per poder aprovar l'assignatura.

METODOLOGIA

En aquesta assignatura la pràctica és l'eix vertebrador dels continguts.

Durant les classes, apareixen de forma teòrica les principals idees sobre els continguts desenvolupats en la pràctica.

La idea és experimentar diferents mètodes i mitjans d'entrenament amb el propi cos.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Baechle, 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	Ivan Terricabras Emperador Arnau Baena Riera Xantal Borràs Boix
G12, presencial, matí	català	Ivan Terricabras Emperador Arnau Baena Riera Xantal Borràs Boix

OBJECTIUS

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

Els objectius d'aquesta 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 treballen tant de manera teòrica com pràctica.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Demostra tenir nocions de biomecànica bàsica aplicades a l'educació física i l'esport.
- Analitza un moviment esportiu aplicant els coneixements mecànics bàsics.
- Utilitza de forma correcta la tecnologia videogràfica per a l'anàlisi del moviment.
- Entén el comportament de la força per poder iniciar-se en l'entrenament esportiu.
- Recopila i interpreta dades i informacions sobre les quals pot fonamentar conclusions, que inclouen, quan cal, reflexions sobre assumptes d'indole social, científica o ètica en l'àmbit dels esports i de l'activitat física.
- Es mou amb desimboltura 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

1. Introducció i fonaments
 - 1.1. Objectius
 - 1.2. Fonaments (tipus de moviments i contraccions, patrons, magnituds, sistemes de referència)
2. Cinemàtica
 - 2.1. Cinemàtica lineal
 - 2.2. Cinemàtica angular
 - 2.3. Anàlisi del moviment

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
4. Energia, treball i potència
5. Biomecànica muscular

AVALUACIÓ

L'avaluació d'aquesta assignatura es fa mitjançant diversos blocs, cadascun dels quals **cal aprovar per separat** (amb una nota igual o superior a 5).

1. Part formativa (40 %)

Aquest bloc és **formatiu i no és recuperable**. Si s'obté una nota inferior a 5, l'assignatura queda suspesa.

1. Visionat de càpsules i resposta de qüestionaris: 10 %
2. Activitats de classe (a partir de l'assistència a sessions del grup classe i/o de grup partit): 10 %
3. Activitats pràctiques (LABS en sessions de grup partit): 10 %
4. Activitats complementàries: 10 %

Cada activitat feta es valora del 0 al 10.

La resposta de qüestionaris i de les activitats complementàries és virtual (punts 1 i 4) i tenen el termini de compleció fixat a l'aula virtual. Un cop passat aquest termini, no es poden fer (atenció, perquè si no es fan, l'aula virtual no dona possibilitat 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 s'assisteix a classe, es puntuen amb un 0, tot i que els estudiants tenen el dossier amb les preguntes i, quan s'acaba el termini de presentació dels continguts, també tenen disponible el solucionari per poder repassar.

En les activitats pràctiques (LABS) es valora tant l'assistència (50 %), com el lliurament de l'activitat dins del període establert (50 %). No es poden entregar si no s'ha assistit a classe.

2. Part de coneixements adquirits (60 %)

1. Avaluació continuada 1: 25 %
2. Avaluació continuada 2: 25 %
3. Activitat de 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 durant la setmana de recuperació, sempre que no superin el 50 % del total de l'assignatura (p. ex. si el bloc formatiu té una nota inferior a 5, no es pot optar a recuperació si les dues avaluacions continuades estan suspeses).

Els exàmens fan mitja entre ells a partir del 4,5, però el bloc teòric queda aprovat i pot fer mitjana amb els altres blocs si s'obté una **nota igual o superior a 5**.

Si les dues avaluacions continuades estan suspeses, cal fer un examen únic en la setmana de recuperació.

Si es va a la setmana de recuperació amb un sol parcial i se suspèn, queda tota la teoria suspesa.

Si durant 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 que es publiquin les notes;
2. si la nota de l'examen (total o parcial) és més baixa que la que tenia, se li abaixa la nota de l'assignatura; i,
3. si suspèn l'examen (total o parcial), l'assignatura queda suspesa.

METODOLOGIA

Aquesta assignatura es treballa majoritàriament mitjançant la metodologia de **classes invertides**.

Els **continguts teòrics** es presenten a l'alumne en **càpsules de vídeo** que s'han de visionar abans de la sessió classe. Cada càpsula va acompanyada d'un breu qüestionari inicial que s'ha d'haver **respost abans de la sessió**. Els qüestionaris tenen període d'obertura i de tancament, i no es poden contestar després d'aquest termini.

Els continguts de **classe** es treballen a partir d'un dossier / activitats / laboratoris (pràctiques) amb exercicis formatius dels continguts de les càpsules. Es passa llista a totes les classes. Es recomana treballar de manera col·laborativa per poder discutir i treballar les diferents preguntes plantejades. L'entrega del dossier, si escau, és individual. Són activitats de caire formatiu, per tant, no s'avalua si les respostes són correctes o no, però es disposa d'un solucionari que s'obre en finalitzar el termini d'entrega i que serveix com a **autocorrecció**. Les **activitats de laboratori** es poden entregar per parelles i tenen una puntuació d'apte / no apte. Es treballa amb apps com KinematicLab (<https://kinematiclab.org/>) i instruments del laboratori.

El procés d'ensenyament-aprenentatge es complementa amb activitats complementàries que s'han de treballar de manera individual i que poden ser usades a mode de preparació dels examens de l'assignatura.

L'alumne té a disposició tutories, tant individuals com col·lectives, per resoldre dubtes sobre la matèria i les activitats proposades.

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
- 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
- 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

Aquesta assignatura inclou l'estudi anatòmic del cos humà. L'estudiant ha de ser capaç de reconèixer i descriure els òrgans i sistemes del cos humà sa, fent èmfasi especial en l'anatomia i la funció de l'aparell locomotor.

A més a més ha de poder adquirir una visió àmplia de l'acte motor, entenent-lo com un fenomen complex en el qual participen diferents òrgans i sistemes.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Identifica i localitza els diversos òrgans anatòmics del cos humà.
- Descriu de forma correcta les estructures anatòmiques de l'aparell locomotor.
- Coneix les estructures anatòmiques que intervenen en el moviment.
- Adquireix coneixements avançats i demostra una bona comprensió dels aspectes teòrics, pràctics i metodològics del treball en el camp dels esports i de l'activitat física.
- Mostra habilitats per a l'anàlisi de situacions des d'una perspectiva global i intel·lectual, i posa 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

— Esplancnologia

- Sistema cardiovascular
- Sistema respiratori
- Aparell digestiu
- Sistema renal
- Sistema nerviós

AVALUACIÓ

Avaluacions (60 %)

Al llarg del semestre hi ha quatre avaluacions:

1. Osteologia: 20 %
2. Artrologia: 10 %
3. Esplancnologia: 10 %
4. Miologia: 20 %

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

Activitats de les sessions de treball dirigit (STD) (40 %)

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

1. Artrologia: 15 %
2. Anàlisi del moviment: 25 %

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

Per aprovar l'assignatura cal tenir aprovades totes les parts per separat: avaluació i activitats STD.

Recuperacions

Per a l'alumnat que hagi superat el 50 % de la nota final de l'assignatura hi ha un període d'avaluació complementària o recuperació:

1. Avaluacions: en cas que algun alumne no hagi superat alguna d'aquestes activitats, ha de recuperar-la durant la setmana de recuperacions.
2. Activitats de les STD: en cas que algun alumne no hagi fet o superat aquestes activitats, s'han de lliurar segons la data fixada abans de la data de recuperació.

METODOLOGIA

Les metodologies emprades per desenvolupar els continguts de l'assignatura són les següents:

- Sessions de classe amb exposició per part del professorat o alumnat (grup d'experts)
- Qüestionaris formatius
- Tutories
- Tallers de pràctiques al laboratori o a classe
- Exercicis coavaluables

En les sessions de classe es treballen els conceptes i les idees clau de cada tema, fonamentalment a partir de les explicacions del professorat, amb el suport de PowerPoint, imatges, fragments de vídeo i textos, materials i continguts sobre els quals es proposen activitats.

Les sessions de treball dirigit estan destinades principalment al treball en grups.

Les tutories individuals serveixen per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, especialment dels que tinguin més dificultats per assolir els resultats d'aprenentatge.

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 d'aquesta 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.

Els objectius són:

- Reconèixer l'handbol com a mitjà per al desenvolupament integral del nen.
- Conèixer i saber aplicar els continguts tècnics, tàctics, reglamentaris, etc. 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 en el transcurs de l'assignatura al propi esport.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Analitza de forma global gestos tècnics aplicats a l'esport. (RA1)
- Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva. (RA4)
- Planifica la intervenció en les diferents etapes d'iniciació esportiva. (RA6)
- Defineix objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb aquests objectius i amb el temps de què 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.

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

L'avaluació és continuada (AC) per als alumnes que facin totes les activitats, treballs i avaluacions formatives en els terminis marcats pel professor. Per poder-hi tenir accés és indispensable complir el 80 % d'assistència.

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

Important

- Si queda suspès més d'un 50 % de l'assignatura, no es pot recuperar. Queda directament per al curs següent.
- La setmana de tancament no és una setmana de recuperació.
- S'han d'aprovar totes les parts per separat.
- L'assistència mínima és d'un 80 %.

METODOLOGIA

La majoria de sessions teoricopràctiques són al pavelló. La intenció és tractar continguts de forma teòrica i immediatament portar-los a la pràctica per fer-los més significatius. Això no treu que hi hagi sessions únicament teòriques o pràctiques al llarg del curs.

És demana als alumnes que siguin proactius alhora de llegir i preparar millor les sessions, que vinguin amb lectura prèvia d'aspectes que es tracten en la sessió.

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.

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 III. Rugbi

Tipologia: Obligatòria (OB)

Crèdits: 4,5

Semestre: 1r o 2n

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

OBJECTIUS

Segons la llegenda, es considera que el bressol del rugbi se situa a la ciutat de Rugby (Regne Unit) l'any 1823. Es creu que durant un partit de futbol William Webb Ellis, desafiant les regles establertes, va agafar la pilota i va córrer cap a la porteria contrària. Aquest acte de rebel·lió va marcar l'inici de l'esport del rugbi tal com el coneixem avui, un esport dinàmic de contacte que exigeix esforç col·lectiu i moltes habilitats de maneig de la pilota. El rugbi transcendeix el mer esport i es pot definir com una forma de vida que inculca a les persones els valors de la resiliència, el treball dur i la lleialtat indestructible.

El rugbi, com a esport inclusiu, té un important valor educatiu i social. Si en comprenen l'essència, inclosos tots els aspectes humans i socials que l'envolten, els estudiants adquireixen els coneixements i recursos necessaris per integrar el rugbi tant en les seves activitats acadèmiques com recreatives.

Aquesta assignatura pretén familiaritzar l'alumnat amb l'esport i les seves dimensions culturals i educatives, afavorir la participació activa i facilitar l'adquisició d'habilitats i coneixements essencials per gaudir d'aquest joc. A més, pretén despertar un interès genuí pel rugbi i proporcionar als estudiants habilitats i coneixements bàsics essencials per introduir-s'hi. Aquest objectiu s'aconsegueix mitjançant la instrucció a l'aula de les estructures tècniques i tàctiques bàsiques.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Executa de forma correcta accions pròpies de l'esport del rugbi. (RA3)
- Analitza i selecciona les diferents metodologies aplicables a la iniciació esportiva del rugbi. (RA4)
- Defineix els objectius d'aprenentatge propis i dissenya processos de desenvolupament coherents i realistes amb aquests objectius i amb el temps de què 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 conèixer en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

CONTINGUTS

Introducció al rugbi

- Origen, història, cultura i evolució del rugbi
- Aspectes filosòfics de l'esport

Estructura formal del joc

- a. Bases de les normes del joc

Aproximació funcional a l'estructura del joc

- a. Principis del joc
b. Fonaments tècnics i tàctics individuals
c. Fonaments tècnics i tàctics d'equip

AVALUACIÓ

L'avaluació té un paper crucial a l'hora de promoure l'aprenentatge d'alt nivell, ja que permet als estudiants demostrar el seu assoliment dels resultats d'aprenentatge i complir els estàndards requerits en el programa. Serveix com a prova d'aprenentatge i com a part integral d'una experiència d'aprenentatge d'alta qualitat dels estudiants.

Els estudiants que participen activament en el curs, entreguen els treballs i superen amb èxit les activitats de l'assignatura passen per un procés d'avaluació formativa. El requisit mínim per accedir a l'avaluació formativa és assistir a almenys el 75 % de les classes.

Per aprovar l'assignatura, cal obtenir una puntuació mínima del 50 % en cada component d'avaluació. La nota global o nota final de l'assignatura es calcula en funció dels criteris d'avaluació, que tenen en compte la ponderació de cada component. En cas que inicialment un estudiant suspengui algun component d'avaluació, té l'oportunitat de recuperar-lo (si queda indicat així en els criteris d'avaluació). La recuperació només és possible en les activitats suspeses.

Components de l'avaluació

- Prova escrita: 20 % de la nota; activitat recuperable
- Prova de les normes del joc: 20 % de la nota (prova de senyals 8 % + prova d'opció múltiple 12 %); activitat recuperable
- Treball de classe: 10 %; activitat no recuperable
- Proves pràctiques (tres jocs): 30 % de la nota (joc de grup 7 % + joc de classe 11 % + joc de torneig 12 %); activitats no recuperables
- Edpuzzle: 15 % (5 activitats); activitats recuperables
- Qüestionaris: 5 % (2 qüestionaris); activitats recuperables

Les ponderacions de cada component d'avaluació formen part de la nota global o nota final de l'assignatura, i hi queden reflectides en els percentatges respectius.

Consideracions importants

Alumnes lesionats: En cas de lesionar-se, s'obté la meitat dels punts d'assistència per participació.

Participació en l'equip de rugbi: La participació activa en l'equip de rugbi de la universitat al llarg del semestre permet obtenir un punt addicional en la nota global de l'assignatura.

A més, per cada dos entrenaments de l'equip de rugbi als quals s'assisteixi, es pot rebre un punt d'assistència.

Punts addicionals per millorar la nota: Es poden obtenir punts addicionals per millorar la nota o les qualificacions. Per obtenir més informació sobre com obtenir punts addicionals, es recomana als estudiants que parlin directament amb el professor o professora.

METODOLOGIA

La major part de les classes es fan al camp i combinen la instrucció teòrica amb l'aplicació pràctica immediata per millorar la comprensió. No obstant això, algunes sessions poden ser de caràcter exclusivament teòric o pràctic, la qual cosa varia al llarg del curs.

Es recomana als estudiants que adoptin un enfocament actiu i compromès en el seu viatge d'aprenentatge, que inclou lectura i preparació proactiva abans de cada sessió.

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	Albert Altarriba Bartés Eduard Batlle Basart
G12, presencial, matí	català	Albert Altarriba Bartés Eduard Batlle Basart

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**.

METODOLOGIA

- Presentació continguts teòrics (sessions magistrals i gravades en vídeo amb tasques dirigides a classe)
- Presentació continguts pràctics (sessions magistrals, gravades en vídeo i sessions dirigides, analitzades i grabades per l'alumnat)
- Treball dirigit (lectura d'articles, realització de fitxes i confecció d'un treball)

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 curset 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 (10%)
 - Observació i reflexió escrita del procés metodològic d'un cursset de natació en un context real.
- Examen teòric (20%)
- 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.

METODOLOGIA

L'assignatura es presentarà en diferents formats de sessió:

- Sessions de classe, que poden ser a l'aula o a la piscina, on es presentaran continguts de forma general i que han de servir per introduir als alumnes en la dinàmica de l'assignatura.
- Les sessions de treball dirigit, es destinaran a l'acompanyament del treball autònom dels alumnes tant a l'aula com a la piscina.
- Les tutories, que es destinaran a resoldre dubtes de l'assignatura i ajudar als alumnes en la realització dels diferents treballs.

BIBLIOGRAFIA Bàsica

- Arellano, R. (2010). *Entrenamiento técnico de la natación*. Culturalibros.
- 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
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'APRENENTATGE

- 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. Neurons.
 - 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. VO₂: concepte, bases fisiològiques i aplicacions.
 - 1.3. Transició aeròbic-anaeròbic: concepte, bases fisiològiques i aplicacions.
 - 1.4. Llindar d'anaerobiosi.
 - 1.5. VO₂ 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 laboratori

- 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. VO₂màx.
- 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 de l'assignatura.
 - Avaluació 2: Segona avaluació escrita corresponent a les classes teòriques a partir de l'avaluació 1.

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, simulacions i interpretació de resultats (test de wingate de potencia muscular, resposta cardiovascular, VO₂max i lactacidèmia) 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 mitjana de les 4 STD sigui almenys de 5 punts.

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 (d'un 100% en el cas que una STD consti de 2 sessions i es falti injustificadament a totes dues). 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 15 dies després de

publicades les notes per comprovar-ho. 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 lectiu.

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

METODOLOGIA

La base i guia de desenvolupament de l'assignatura és fa mitjançant les sessions de classe presencial, amb el seguiment dels mòduls teòrics detallats en els continguts de l'assignatura.

L'aprenentatge d'aquesta assignatura és progressiva. És recomanable seguir un ritme d'estudi regular des del principi de l'assignatura i és condició indispensable tenir els conceptes assimilats abans de passar al mòdul següent.

A l'inici del semestre es lliurarà el pla de treball on s'especificarà les tasques a desenvolupar al llarg del semestre. Aquest pla de treball pot ser modificat pel professor segons les necessitat i com evolucioni l'aprenentatge dels estudiants.

En les sessions de grup classe es treballaran els conceptes i les idees clau de cada tema, a partir fonamentalment de les explicacions del professor, amb el suport de diapositives de power point, imatges, vídeo, gravacions de classes per el seguiment asincrònic i textos, sobre els quals es proposaran activitats.

Les sessions de treball dirigit estaran destinades de forma principal al treball en grup i a la interpretació dels stress test. En elles també es tractaran alguns aspectes del temari, però de forma principal es dedicaran a la preparació dels treballs col·lectius de l'assignatura i la seva exposició.

La metodologia emprada per desenvolupar els blocs temàtics és la següent:

- Sessions de classe amb exposició per part del professor.
- Sessions de treball dirigit i treball grupal amb aprenentatge cooperatiu.
- Simulacions i ABP a partir de resultats dels stress test.
- Tallers de pràctiques en el laboratori o a classe.

Per tal que l'alumne i el professor disposin d'una referència respecte el progrés i evolució de l'alumne, es proposa un sistema d'avaluació contínua que es detalla més endavant.

Tutorització i consultes

La funció principal del professor en l'assignatura és la de conductor del grup i dels alumnes, és qui crea i selecciona documents i posa a l'abast aquells recursos necessaris per tal que l'alumne pugui desenvolupar-se de forma autònoma. És qui organitza tots els recursos per tal d'aconseguir els objectius docents, per aquesta raó a més de la bibliografia, s'han organitzat una colla de materials i recursos que cal utilitzar. Això vol dir que l'alumne ha de tenir una actitud activa durant el procés d'aprenentatge.

L'alumne és el principal responsable d'identificar quan li cal una ajuda personal i directa per tal de donar resposta als dubtes puntuals o retrobar el fil de l'assignatura, després d'haver emprat els recursos individuals a l'abast.

El treball en equip permet desenvolupar l'esperit de cooperació a través de compartir els dubtes i les mancances, experiència i el coneixement. Aquests grups de treball estaran constituïts per un nombre de 4 a 6 alumnes, essent condició imprescindible la presència de tots els membres del grup en les activitats dirigides.

Els horaris de tutories presencials es donaran a l'inici del semestre i els podreu consultar dins de l'assignatura en el campus virtual. Existeix la possibilitat de poder realitzar consultes puntual i concretes via correu electrònic a l'adreça del professor o videoconferència a hores convingudes.

Les tutories individuals serviran per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, en especial d'aquell que tingui més dificultats per assolir els resultats d'aprenentatge.

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 Mariano Pasarello Clerice
G12, presencial, matí	anglès	Bibiana Casso Carrasco Mariano Pasarello Clerice

OBJECTIUS

Els jocs motors tenen com a objectiu ajudar els estudiants de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport a adquirir les habilitats, els coneixements i la comprensió del joc i de les seves implicacions educatives. Aquesta assignatura s'endinsa en la comprensió bàsica del joc, en les seves teories i praxeologia, en la taxonomia i estructura, i en les possibles metodologies que es poden utilitzar i la importància del paper de l'educador.

Ofereix als alumnes recursos per buscar informació, triar-la, estructurar-la i posar-la en pràctica, així com analitzar la viabilitat dels jocs escollits.

Per tant, dota els futurs graduats en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport de les habilitats, coneixements i comprensió per preparar i implementar jocs.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Utilitza les bases del joc i la seva aplicació a l'activitat física en contextos educatius lúdics. (RA1)
- Construeix i exposa un discurs sòlid a partir de l'experiència pràctica en relació amb el material bibliogràfic. (RA2)
- Crea i planifica adequadament activitats de joc. (RA3)
- Aplica el joc en entorns educatius i socials. (RA5)
- Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o col·laboratiu i avalua els resultats obtinguts. (RA7)

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 conviure en un context respectuós amb la diversitat lingüística, amb realitats socials, culturals, de gènere i econòmiques diverses.

CONTINGUTS

Temari teòric

- Definició i característiques del joc
- Metodologia
- Teories del joc
- Praxeologia motriu
- Tipus de jocs i classificació

Temari pràctic

- Jocs de coneixements
- Jocs a l'aire lliure
- Jocs olímpics

- Jocs clàssics
- Jocs amb material específic
- Jocs cooperatius
- Teatre físic: autoexpressió mitjançant el moviment i el llenguatge corporal
- Jocs de diversitat funcional
- Jocs preesportius i jocs modificats

AVALUACIÓ

És obligatori assistir al **70 % de les classes pràctiques**. Si els alumnes no assoleixen aquest percentatge, se'ls atorga una nota de suspens. Els estudiants que assisteixin a les sessions pràctiques però no puguin practicar, han de justificar-ho adequadament i fer una tasca indicada pel professor.

Cal aprovar per separat totes les activitats d'avaluació, a excepció de les activitats no recuperables.

Avaluació dels resultats (percentatges en relació amb la nota global)

- Tasques individuals: 20 %; és obligatori aprovar; activitats recuperables
- Tasques teòriques de grup: 30 %; és obligatori aprovar; activitats recuperables
- Tasques pràctiques de grup: 40 %; és obligatori aprovar; activitats no recuperables
- Assistència: 10 %; és obligatori aprovar; activitats no recuperables

Hi ha una part individual i una part grupal. A la part individual cal elaborar un glossari amb el vocabulari necessari per ensenyar en anglès. Les tasques grupals són la preparació i valoració d'un joc motriu i posar-lo en pràctica.

Només superen l'assignatura els alumnes que arribin almenys a una puntuació del 50 % en cadascun dels components. La nota global de l'estudiant o nota d'assignatura, en relació amb els criteris d'avaluació de l'assignatura, s'obté en sumar tots els percentatges. Els estudiants que suspenguin algun dels components d'avaluació en el primer intent tenen l'oportunitat de fer una recuperació (només si l'activitat ho indica així i només si l'estudiant ha suspès un màxim del 50 % de la nota global).

Els alumnes que suspenguin més del 50 % de l'assignatura **no poden tornar a fer les proves** durant la setmana de recuperació.

METODOLOGIA

L'assignatura es desenvolupa combinant diferents activitats d'ensenyament i aprenentatge amb aprenentatges pràctics, de treballs i teòrics. Per guiar els estudiants en el procés d'aprenentatge s'utilitza un gran ventall de mètodes, que inclouen classes magistrals, seminaris, tutories, tallers, presentacions i, també, aprenentatge dirigit i autònom.

Les sessions de classe en grup inclouen activitats per aplicar conceptes i idees clau.

Les sessions de classe de treball dirigit inclouen treballs, que cal desenvolupar i presentar. Les tutories individuals se centren a fer un seguiment del procés d'aprenentatge dels estudiants.

L'aprenentatge entre iguals és una forma d'aprenentatge cooperatiu que millora el valor de la interacció aprenent-aprenent i permet que tots els participants adquireixin els resultats d'aprenentatge esperats.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Navarro, V (2002). *El afán de jugar: Teoría y practica 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.

Unitat 1. Introducció a la sociologia de l'esport.

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

Unitat 2. Diversitat funcional a l'esport.

- Barreres i facilitadors a l'esport per a persones amb discapacitat.
- Els Jocs Paralímpics desde una mirada sociocultural.
- Exemples d'experiències i vivències a l'esport adaptat.

Unitat 3. Les violències a l'esport per raó racial i/o ètnica.

- Esport com a espai de lluita de les persones racialitzades (blanc caucàsic versus resta d'ètnies).
- Esport com a activitat que genera violència racista.
- Esport com a activitat que treballa per la inclusió racial i cultural.
- Exemples d'accions locals per combatre els racisme a l'esport.

Unitat 4. Les violències de gènere a l'esport i les violències contra menors a l'esport.

- L'esport com a espai que discrimina per raons de gènere. Teories i exemples.
- L'esport com a espai de lluita contra les violències de gènere. Exemples.
- Estudis de violències contra menors a l'esport. Com promovem el benestar en la canalla que fa esport?
- Estudi de casos de violència sexual concrets contra menors a l'esport. Coneixes algun cas d'a prop? als mmcc? i a les xxss?
- Anàlisi d'algun audiovisual que mostri la violència sexual contra menors a l'esport.

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 - Unitat 1 (15%)
- Activitat 2 - Unitat 2 (20%)
- Activitat 3 - Unitat 3 (20%)
- Activitat 4 - Unitat 4 (30%)
- Activitat 5 - Prova individual (15%)

A l'activitat 3 es farà una exposició oral que serà inclosa dins del 20% de la nota.

Per l'activitat 4 i coincidint amb el 25 de novembre dia Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra les Dones visionarem parts del documental del Sotro Groc i el comentarem amb el periodista Albert Llimós i amb alguna de les protagonistes.

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.

METODOLOGIA

Es basarà en el treball autònom i el foment del pensament crític, per això la metodologia seguirà dos formats:

- Classes amb tot el grup on s'impartirà part dels coneixements bàsics per després realitzar les activitats pràctico-reflexives - exercicis de pensament.
- Proposta d'activitats a tot el grup per buscar i treballar informació clau de forma autònoma d'alguns dels continguts de la sociologia de l'esport.
- Sessions de Treball Dirigit presencials amb la meitat del grup classe per desenvolupar activitats en grups de 4-5 seguint una metodologia d'aprenentatge cooperatiu on cada alumna/e aprèn del company/a, i on la participació activa i la feina feta serà imprescindible per poder fer un bon desenvolupament de l'assignatura.

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.
- Moscoso Sánchez, D. & Sánchez García, R. (2024). *Sociología del Deporte*. Dykinson.

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	Pere Soldevila Fabrega Lluís Franch Expósito Marta Marimon Martí
G12, presencial, matí	català	Pere Soldevila Fabrega Lluís Franch Expósito Marta Marimon Martí

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.

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'aprovat (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.

METODOLOGIA

L'assignatura es desenvoluparà a partir de sessions presencials i de treball personal de l'alumnat dut a terme fora de les sessions presencials.

- Sessions amb el grup classe: s'organitzaran a partir d'explicacions de la professora i de l'alumnat, del plantejament de casos i situacions, debats i reflexions col·lectives amb aplicació dels coneixements, anàlisi crítica de documents escrits i/o audiovisuals, debats sobre punts del temari, casos i experiències i la realització d'activitats.
- Sessions de treball dirigit: s'organitzaran enfocades a la construcció col·lectiva de coneixement, a reestructurar-lo i a aplicar-lo a casos i realitats determinades amb anàlisi i propostes d'acció. Amb aquesta intencionalitat es duran a terme pràctiques sobre els continguts del temari. També serà un espai destinat al treball grupal.
- Sessions de tutoria i consulta: s'adreçaran a l'acompanyament de l'alumnat individualment i en petit grup per fer el seguiment de l'assignatura i dels treballs.
- Treball personal: se centrarà en la recerca autònoma d'informació, en la lectura de documents en format escrit i/o audiovisual per ampliar o complementar els continguts de l'assignatura, en la lectura de documentació per a la realització del treball individual i en la realització de les tasques que demanin les activitats de classe i els treballs grupals.

*La planificació de les sessions, del treball personal (individual o en grup) i de les activitats d'avaluació es concretaran en el Pla de treball.

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	Albert Izquierdo Grau Eduard Comerma Torras Ester Checa Corcoy

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

- Dissenyar 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, 25%. No es recupera.
2. Registre de seguiment del treball organitzatiu de l'equip, 25%. No es recupera.

3. Registre de seguiment de com es treballa en equip de forma cooperativa, 25%. No es recupera.
4. Memòria Final, 25%. Es pot recuperar a la setmana de recuperació.

La sortida és obligatòria per aprovar l'assignatura.

METODOLOGIA

Es formaran grups de treball de 5-6 persones que s'hauran de coordinar autònomament per dur a terme el treball grupal i organitzatiu.

Les tutories serviran per part del professorat, per veure i fer el seguiment necessari per preparar i dur a terme la sortida, així com el treball i l'aprenentatge del treball cooperatiu de l'alumnat.

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

Aquesta assignatura se situa en l'itinerari de lleure de les Ciències de l'Activitat Física i de 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 portar a terme iniciatives d'activitat física i esport en l'àmbit del lleure i la recreació.

Com a **objectius 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, 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 fer 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'APRENENTATGE

1. Planifica i programa de forma ajustada diferents activitats físiques recreatives en 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. Dissenya amb criteris innovadors i segurs activitats físiques en els moments / espais d'oci.
6. Adquireix coneixements avançats i demostra una comprensió dels aspectes teòrics i pràctics i de la metodologia de treball en el camps dels esports i de l'activitat física.
7. Assumeix diferents responsabilitats en el treball individual o de col·laboració i avalua els resultats obtinguts.
8. Dissenya intervencions que atenen a necessitats de l'àmbit de forma multidisciplinària.

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

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

2. Particularitat de les activitats físiques recreatives. Diferents experiències
3. L'execució de les activitats físiques recreatives
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 el 30 % de la nota.
- Les activitats no presencials i semidirigides compten el 30 % de la nota. Les sessions pràctiques són obligatòries. Les activitats no presencials lliurades fan mitjana. Una activitat no presencial no lliurada compta com a zero.
- El treball en grup compta el 30 % de la nota. Un 20 % l'avalua el professor: 10 % de l'activitat pràctica, 6 % del treball teòric i 4 % de la presentació a l'aula. L'altre 10 % el coavalua la resta dels companys i companyes: un 4 % de la presentació a l'aula i un 6 % de la sessió pràctica.
- Autoavaluació: 10 %
- Cal aprovar les tres parts: l'examen teòric, les activitats no presencials i el treball en grup.

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

- 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
- Si se suspèn una de les tres parts, queda suspesa l'assignatura.

METODOLOGIA

Els objectius docents s'aconsegueixen mitjançant la transmissió de continguts a partir de les explicacions del professor, de conferenciant convidats i de vosaltres mateixos, amb la participació en experiències pràctiques i la realització de treballs. Per al desenvolupament de continguts pràctics s'utilitzen el debat i la dinàmica de grups i, en cas de fer treballs, la tasca tutorial. A l'aula es discuteixen articles i es comparteixen experiències i exercicis de resolució de casos. Durant el curs s'encarreguen sis activitats no presencials o semidirigides per reforçar els continguts ensenyats a classe.

Els estudiants han de completar els continguts amb la bibliografia donada i amb altre material de consulta (pàgines web, entrevistes, etc.).

Durant el curs es fa una activitat en grup elaborada per companys i companyes de classe a la qual cal assistir. Aquesta activitat fa una aproximació a temes específics i d'interès per a l'alumnat.

Es fa una visita d'interès per a l'assignatura. D'aquesta visita es demana un treball que compta com activitat semidirigida.

Si sorgeixen temes d'interès per a l'alumnat, es poden convidar especialistes en les matèries que hagin tingut demanda.

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.
- CORRIENTE, F. et CORDOBA, J.M. (2011). *Citius, Altius, Fortius: El libro negro del deporte*. PEPITAS DE CALABAZA.
- 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 Beatriz Gil Puga Jordi Molas Castells
G12, presencial, matí	català	Gemma Torres Cladera Beatriz Gil Puga Jordi Molas Castells

OBJECTIUS

L'assignatura permetrà identificar, relacionar i portar a la pràctica els diferents elements d'ensenyament i aprenentatge de l'activitat física, l'educació física i l'esport. Així com, serà un espai on l'estudiant podrà iniciar-se en el disseny i aplicació d'activitats, sessions i programacions de diferents contextos pràctics formatius.

1. Presentar aspectes pròpis de l'ensenyament de l'activitat física i l'esport
2. Dissenyar i aplicar els elements didàctics per un context esportiu i educatiu.
3. Elaborar i portar a la pràctica activitats i sessions de forma coherent als contextos pràctics, esportius i d'educació física.
4. Identificar les intervencions pràctiques en la gestió de grup a partir de models pedagògics basats en la pràctica.

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 las 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'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'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

Contextualització de l'ensenyament i l'aprenentatge

- Introducció a l'ensenyament de l'educació física i l'esport
- Contextualització: esport, activitat física i educació física
- Els projectes: esportiu i educatiu.

Aspectes didàctics de l'ensenyament de l'activitat física i l'esport

- La programació en l'educació física i l'esport
- Anàlisi dels aprenents i dels objectius d'ensenyament i aprenentatge
- Coneixement dels elements didàctics. (objectius, continguts, criteris d'avaluació)
- Elaboració d'objectius d'aprenentatge en les activitats i en les sessions
- Disseny d'activitats i sessions en el context d'una programació

Gestió de grup i el rol d'educador /entrenador

- Models d'ensenyament i aprenentatge basats en la pràctica
- Gestió del grup per part de l'educador / entrenador
- Preparació de les activitats i de les sessions segons el grup

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 didàctics corresponents **(20%)**. Recuperable a la setmana de tancament amb una nota màxima de 6.
- **Activitat 2.** Disseny, presentació i aplicació d'una seqüència didàctica d'activitats d'E-A **(30%)**. Recuperable a la setmana de tancament amb una nota màxima de 6.
- **Activitat 3.** Prova escrita **(35%)**. Recuperable a la setmana de tancament.
- **Activitat 4.** Preparació i gestió del grup a partir d'una filmació de 2' **(15%)**. Activitat és no obligatòria i no recuperable.

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).
- L'activitat 1, 2 i 3 són activitats obligatòries per poder aprovar l'assignatura. L'activitat 4 és una activitat no obligatòria i que possibilita optar a la nota màxima de l'assignatura.
- En cas de plagi d'alguna de les activitats, l'estudiant suspèn l'activitat i seguirà la normativa de plagis de la Facultat.

METODOLOGIA

- Les sessions seran inicialment teòrico-pràctiques, i requereixen d'una alta implicació de l'estudiant, especialment en les sessions pràctiques.
- Les sessions-classe seran teòriques i s'hi realitzarà la transmissió de continguts per part del professorat. A més, oferiran eines i recursos per tal de posar en pràctica les sessions de treball dirigit.
- Les sessions de treball dirigit combinaran classes on els estudiants realitzaran activitats (debats, preparació d'activitats...) i classes pràctiques en les instal·lacions esportives. A les sessions de treball dirigit es treballarà en grups reduïts i individualment i es destinaran a la preparació i desenvolupament d'activitats i sessions relacionades amb els continguts de classe i l'anàlisi i reflexió en l'àmbit de l'educació física i l'esport.
- Les sessions de tutoria es destinaran a regular i orientar als estudiants en el seu procés d'ensenyament i aprenentatge.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Blázquez Sánchez, D. (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., Monguillot, M., & Zurita, C. (2014). *Una Educación física para la vida: Recursos prácticos para un aprendizaje funcional*. INDE.
- Morales, M., & Fernández, J. (2022). *La evaluación formativa: Estrategias eficaces para regular el aprendizaje*. Biblioteca Innovación Educativa.

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	Lluís Franch Expósito 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.
- Elaborar situacions d'aprenentatge d'Educació Física segons els Decrets vigents.
- 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.
- Dissenyar instruments, recursos i eines per una avaluació formativa en l'Educació Física.
- Conèixer alguns dels principals models pedagògics basats en la pràctica.

RESULTATS D'APRENTATGE

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

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

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

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'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'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 situacions d'aprenentatge.
 - 3.1. Bases didàctiques per a la preparació, la gestió i l'avaluació de la pràctica.
 - 3.2. Models pedagògics basats en la pràctica.

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 -40%-

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

Tercer bloc: avaluació -30%-

1. Prova escrita

METODOLOGIA

- Metodologia cooperativa i d'autoaprenentatge
- Introducció a les metodologies actives: aula invertida; AbP, gamificacions-ludificacions, etc.
- Sessions de classe teòriques i pràctiques.
- En les sessions teòriques es realitzarà: a) la transmissió de sabers per part del professorat; b) sessions de treballs dirigits (STD): en grups reduïts i individualment es prepara i desenvolupa tasques relacionades amb l'àmbit de l'EF a l'escola.
- Les sessions pràctiques es faran en petits grups amb un seguiment constant de les sessions. Les sessions pràctiques inicials seràn guiades pel docent.
- Les sessions de tutoria individual es destinaran al seguiment i orientació de les diferents proves.
- A les hores de treball personal l'alumne realitzarà recerca d'informació de sabers proposats a l'aula, i altres tasques relacionades.
- L'aprenentatge de l'alumnat ha d'esdevenir significatiu i que el porti a l'assoliment de les diferents competències seleccionades per a l'assignatura. La reflexió personal i la participació activa en les diferents activitats d'aprenentatge dissenyades ho faran possible

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 Laia Planella Turon
G12, presencial, matí	català	Joshua Colomar Axup Laia Planella Turon

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. Tendències ideològiques de l'entrenament esportiu
- 1.3. Metodologia de l'entrenament esportiu
- 1.4. 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.

METODOLOGIA

· Les sessions amb el grup classe (SGC) es treballaran els conceptes i idees clau de cada tema, a partir fonamentalment de les explicacions del professor, amb el suport de diapositives de PowerPoint, imatges, fragments de vídeo i textos, sobre els quals es proposaran activitats.

· Les sessions de treball dirigit (STD) estaran destinades de forma principal a la pràctica aplicada dels diferents continguts de l'assignatura i es realitzaran en grups reduïts.

· Les tutories individuals i de grup serviran per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, i per treballar aquells aspectes que presentin més dificultat per l'alumne.

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 Adrià Martí Peiró Javier Peña López
G12, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Adrià Martí Peiró Javier Peña López
G40, presencial, matí	català	Jordi Vicens Bordas Adrià Martí Peiró 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 (30%), qüestionaris en grup (10% bloc II i 10% 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.

METODOLOGIA

A les sessions amb el grup classe (SGC) es treballaran per grups els conceptes i idees clau de cada tema, a partir fonamentalment de materials facilitats pel professorat, amb el suport de diapositives de PowerPoint, imatges, fragments de vídeo i textos científics. En aquestes sessions, a través de la metodologia "Flipped learning" els alumnes hauran de resoldre qüestionaris periòdics amb preguntes clau sobre la matèria, així com realitzar treballs en grup que permetin assolir les competències clau de l'assignatura.

Les sessions de treball dirigit (STD) estaran destinades al treball de casos pràctics mitjançant la metodologia ABP (aprenentatge basat en problemes), així com a la resolució de problemes aplicats basats en contextos pràctics, i a les activitats de simulació.

Les tutories individuals i de grup serviran per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, així com a treballar aquells aspectes que presentin més dificultat per l'alumne.

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 Enric Mayo Rodriguez
G12, presencial, matí	català	Isaac Taberner Canadell Enric Mayo Rodriguez

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.
- Integrar la complexitat de sistemes i interessos que afecten la gestió de l'esport.
- Reconèixer els factors i ideologies polítiques que condicionen el desenvolupament de les polítiques esportives públiques.
- Identificar els principals conceptes econòmics que afecten la gestió esportiva.
- Aplicar 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.
- Realitzar processos d'avaluació sobre la pròpia pràctica i la dels altres de manera crítica i responsable.
- Plantejar intervencions coherents amb els valors democràtics i la sostenibilitat, tot mostrant respecte als drets fonamentals de les persones.
- Assumir 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 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

- 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.

METODOLOGIA

L'assignatura es desenvoluparà a partir de diferents metodologies d'ensenyament: des de la metodologia expositiva clàssica, fins a l'estudi de casos i la resolució de problemes. En el desenvolupament de les tasques s'efectuaran treballs individuals i grupals.

El cas d'una situació d'emergència sanitària que impliqui nou confinament, la docència es traslladarà a la virtualitat en la seva totalitat i s'adequarà la metodologia a aquest nou context.

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	Clara Teixidor Batlle Marta Solà Serrabou
G12, presencial, matí	català	Clara Teixidor Batlle Marta Solà Serrabou

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.

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

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

1. PART 1 (50% de la nota final)

1.1 Prova escrita (25%).

S'avaluaran els continguts teòrics de l'assignatura mitjançant un examen conceptual. La prova escrita és recuperable.

1.2. Activitats formatives (25%).

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

- 1.2.1 Qüestionari Formatiu 1 (7,5%).
- 1.2.2 Qüestionari Formatiu 2 (7,5%).
- 1.2.3 Tasques lliurables (10%).

Aquestes activitats són formatives i no són recuperables.

2. PART 2 (50% de la nota final)

2.1 Prova escrita (25%).

S'avaluaran els continguts teòrics de l'assignatura. La prova escrita és recuperable.

2.2 Activitats formatives (25%).

Activitats a l'aula grupals o individuals relacionades amb els temes desenvolupats a les classes teòriques o practiques:

2.2.1 Anàlisi de la postura i tests musculars (10%).

2.2.2 Exercicis per millorar la postura (10%).

2.2.3 Tasques lliurables (5%).

Aquestes activitats són formatives i no són recuperables. Les activitats 2.2.1 i 2.2.2 es treballaran a les sessions presencials.

La prova escrita en primera convocatòria de cada una de les dues parts farà mitjana amb una nota igual o superior a 5. En canvi, si es va a la setmana de recuperació, l'examen de recuperació podrà fer mitja amb la resta quan tingui una nota igual o superior a 4.

Si es va a la setmana de recuperació amb un sol parcial i aquest es suspèn, queda tota l'assignatura 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 és més baixa que la que tenia, se li baixarà la nota de l'assignatura (3) si es suspèn l'examen, l'assignatura quedarà suspesa.

METODOLOGIA

- La base i guia de desenvolupament de l'assignatura és a través del seguiment dels mòduls teòrics detallats en els continguts de l'assignatura.
- Per tal que l'alumne i el professor disposin d'una referència respecte el progrés i evolució de l'alumne, es proposa un sistema d'avaluació contínua detallada.

Tutorització i consultes

- La funció principal del professor en l'assignatura és la de conductor del grup i dels alumnes, és qui crea i selecciona documents i posa a l'abast aquells recursos necessaris per tal que l'alumne pugui desenvolupar-se de forma autònoma. És qui organitza tots els recursos per tal d'aconseguir els objectius docents, per aquesta raó, a més de la bibliografia, s'han organitzat una colla de materials i recursos que cal utilitzar. Això vol dir que l'alumne ha de tenir una actitud activa durant el procés d'aprenentatge.
- L'alumne és el principal responsable d'identificar quan li cal una ajuda personal i directa per tal de donar resposta als dubtes puntuals o retrobar el fil de l'assignatura, després d'haver emprat els recursos individuals a l'abast.
- El treball en equip permet desenvolupar l'esperit de cooperació a través de compartir els dubtes i les mancances, experiència i el coneixement. Aquests grups de treball estaran constituïts per un nombre de 3 a 4 alumnes, essent condició imprescindible la presència de tots els membres del grup en les activitats dirigides (tutories).
- Els horaris de tutories presencials es donaran a l'inici del semestre i els podreu consultar dins de l'assignatura en el campus virtual. Existeix la possibilitat de poder realitzar consultes puntuals i concretes via correu electrònic a l'adreça del professor corresponent.

La metodologia emprada per desenvolupar els blocs temàtics és la següent :

- Sessions de classe amb exposició per part del professor.
- Sessions de treball dirigit.
- Tutories.
- Exposició dels treballs per part de l'alumne.
- Les sessions de classe es treballaran els conceptes i les idees clau de cada tema, a partir fonamentalment de les explicacions del professor, amb el suport de diapositives de PowerPoint, imatges, fragments de vídeo i textos, sobre els quals es proposaran activitats.
- Les sessions de treball dirigit estaran destinades de forma principal al treball en grup, en elles també es tractaran alguns aspectes del temari, però de forma principal es dedicaran a la preparació dels treballs col·lectius de l'assignatura i la seva exposició.
- Les tutories individuals serviran per fer un seguiment del procés d'aprenentatge de l'alumnat, en especial d'aquell que tingui més dificultats per assolir els resultats d'aprenentatge.

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	Clara Teixidor Batlle David Esteve Garde
G12, presencial, matí	anglès	Clara Teixidor Batlle Anna Maria Puig Ribera David Esteve Garde

OBJECTIUS

L'assignatura posa de manifest el valor preventiu i terapèutic de la pràctica regular d'activitat física. Es treballen competències que capaciten els alumnes de CAFE per planificar programes d'activitat física que permeten millorar la salut i el benestar de persones físicament inactives i/o sedentàries. L'assignatura persegueix els objectius següents:

1. Conèixer la relació entre el sedentarisme, la inactivitat física i la salut.
2. Conèixer els rols dels graduats en CAFE dins de 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

- Dissenyar, planificar i avaluar diferents programes d'activitat física saludable d'acord a diferents criteris. (RA2)
- 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. (RA3)
- Planificar, organitzar i promoure l'activitat física en diferents nivells i tenint en compte diferents realitats (RA4)

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 i sedentarisme
 - 1.2. Paper de l'activitat física en la salut pública
 - 1.3. Determinants de l'activitat física
 - 1.4. L'evolució cap a una societat sedentària
2. Funció dels graduats en CAFE en les àrees 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 previ
 - 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 fa 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 fa 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 de les companyes i companys (**15 % de la nota**), la realització d'un **examen teòric** de tipus test (**30 % de la nota**).

Observacions

- Examen teòric: per aprovar-lo cal treure una nota mínima de 5 (sobre 10). En cas de recuperació d'examen, només es pot obtenir una nota màxima de 5.
- Treball escrit: en cas de recuperació del treball escrit, només es pot obtenir una nota màxima de 5.

METODOLOGIA

- Les **sessions classe** s'utilitzen per exposar continguts teòrics bàsics i analitzar documents de recerca (en llengua anglesa) relacionats amb la programació d'activitat física saludable.
- Les **sessions de treball dirigit** serveixen per estudiar i analitzar casos concrets amb l'objectiu de transferir els coneixements teòrics a situacions reals. Es realitzen tutories en grups petits sobre els casos que presenten els mateixos alumnes. També es fan exposicions orals sobre els programes d'activitat física que els alumnes han plantejat per a cada cas real.
- Les **sessions de tutoria** serveixen per tutoritzar i monitoritzar individualment el treball que els alumnes han de presentar a final de curs. El treball consisteix a planificar un programa individualitzat d'activitat física saludable per a un cas real del seu entorn proper.

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

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 responsabilitzi 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 activitat 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, claustres, 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	Dídac Herrero Ballart Eduard Comerma Torras Jordi Merino Tantiña Jordi Rabassa Blanco Oriol Dalmau Quer Pedro Puigserver Bennassar Roger Parera Villacampa
G12, presencial, matí	català	Dídac Herrero Ballart Adrià Martí Peiró Arnau Lloret Cabot Eduard Comerma Torras Laia Planella Turon Marta Solà Serrabou

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 professional 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 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 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 Xantal Borràs Boix
G12, presencial, matí	català	Anna Maria Señé Mir Aitor Piedra González David Rodríguez Ruano Isaac Taberner Canadell Martina Kieling Rolim

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'APRENTATGE

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. En contraposició, l'assistència a les sessions (20%) i la realització de 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.

METODOLOGIA

La metodologia, així com l'organització dels grups de treball a l'assignatura aniran variant segons el contingut a treballar en cada sessió.

Hi ha dos tipus de sessions, més una xerrada per àmbit:

- Les sessions teòriques amb el grup classe.
- Les sessions d'aplicació pràctica dividides en els quatre itineraris on es desenvoluparan tasques en relació a la temàtica específica del TFG que cada alumne/a ha proposat.
- Una sessió-xerrada de recerca en cada un dels itineraris.

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.

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 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.

METODOLOGIA

El TFG s'haurà de desenvolupar durant el quart curs del Grau però s'aconsella a l'estudiant de començar-hi a treballar des del moment que tingui aprovada la proposta i un/a professor/a - tutor/a assignat.

Durant el segon semestre de tercer curs del Grau, l'estudiant haurà d'elaborar una proposta de TFG que es formalitza en un document específic que s'haurà de presentar a la secretaria de la Facultat en el termini establert. Durant el procés d'elaboració de la proposta l'estudiant rebrà orientació sobre possibles temes a escollir i la manera de redactar-la i presentar-la.

La presentació de la certificació de l'aprovació de la proposta de TFG per part del coordinador/a del Grau és condició indispensable per a la matrícula de l'assignatura. Per formalitzar la matrícula del TFG, l'estudiant s'ha d'haver matriculat també de totes les assignatures requerides per obtenir el Grau.

El TFG s'ha de realitzar de forma individual. En alguns casos es podrà realitzar entre dues persones sempre que el tipus de treball ho justifiqui i sigui autoritzat pel coordinador dels estudis.

Durant el procés de realització del TFG l'estudiant rebrà suport i orientació per part d'un professor/a tutor/a de la Facultat.

A través del Seminari d'investigació, que és una assignatura del setè semestre del Grau, es treballaran continguts i s'oferiran estratègies encaminades a la realització del TFG.

El tutor/a serà el responsable d'orientar l'estudiant, fer el seguiment del treball i concretar-li les normes i pautes de presentació.

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

— Dídac Herrero Ballart

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'APRENENTATGE

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 destaquin 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 l'alumnat dels coneixements i de les capacitats necessàries per al desenvolupament, amb seguretat, de diverses activitats físiques i esportives dins i fora del recurs en què 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.
- Sortir-se'n 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, RA3)
- Observa, analitza i aporta millores, i potencia la reflexió crítica per a la millora en el desenvolupament de la pràctica de l'activitat física regular. (RA4, RA5)
- Adquireix coneixement de les diferents opcions que ofereix l'activitat física adaptada a les diversitats personals que incrementen les potencialitats. (RA6)
- Mostra una actitud positiva, de respecte i d'inclusió davant de 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 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.
- 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 de 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'educadora o educador físic esportiu (EFE)
8. Pràctica i vivència de l'entrenament i de 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 de l'esport adaptat: 35 %
- Treball individual: seguiment d'una persona/esportista: 45 %
- Treball grupal: planificació d'una activitat física adaptada: 15 %
- Assistència i coavaluació: 5 %

Per superar l'assignatura s'ha d'assistir i participar activament a un mínim d'un 80 % de les sessions pràctiques. En cas contrari l'assignatura queda 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

Les activitats coreogràfiques amb suport musical ofereixen la possibilitat de fer 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 de treballar en grup. El cos i el moviment són elements clau per al 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 moure's amb desimboltura en qualsevol sector educatiu que impliqui fer 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 disponibilitat: representar una coreografia).

RESULTATS D'APRENENTATGE

- 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'Educació Secundària Obligatoria (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 Obligatoria i postobligatòria que prescriu el sistema educatiu.

CONTINGUTS

Els continguts que es treballen 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 + instrument d'avaluació: 25 %
 - Coavaluació de les sessions dutes a terme al centre educatiu: 10 %
- Activitats del bloc de gamificació: 20 %, activitat recuperable
- Diaris de procés: 20 %, activitat recuperable

Cal una assistència a l'assignatura del 90 % de les classes pràctiques (apte / no apte).

Les activitats recuperables es poden 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.). FEAEDEF.
- 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.
- Cella, 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-Celorrío, X. (2017). *Innovació i equitat educativa*. Octaedro.

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.

Competències Bàsiques i Medi Aquàtic

Tipologia: Optativa (OP)

Crèdits: 6,0

Grup	Llengua d'impartició	Professorat
G11, presencial, matí	català	Judit Soldevila Martí

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'AVALUACIÓ 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 Monzonís, Nuria. (2016). *Competencias básicas y educación física: estudios e investigaciones*. Apuntes. 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.

Comprensió del Joc del Futbol

Tipologia: Optativa (OP)

Crèdits: 6,0

Grup

G11, presencial, matí

Llengua d'impartició

català

Professorat

Albert Altarriba Bartés

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 30%
- Elaboració d'un Dossier de treball 25%

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.
- Dosal, Joaquín (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

G11, presencial, matí

Llengua d'impartició

anglès

Professorat

Javier Peña López

OBJECTIUS

Aquesta assignatura té com a objectiu millorar la comprensió dels estudiants sobre la identificació i selecció del talent, la força i el condicionament, l'entrenament i els processos d'aprenentatge per a jugadors i jugadores joves de voleibol. El focus se situa en el desenvolupament d'habilitats generals i específiques per formar esportistes joves.

Aprovar aquesta assignatura permet accedir al segon nivell del Programa d'Acreditació d'Entrenadors de la Federació Espanyola de Voleibol (RFEVB). És necessari un coneixement previ de les regles, habilitats i formacions tàctiques del voleibol, i és desitjable experiència prèvia en cursos d'entrenament de voleibol.

RESULTATS D'APRENENTATGE

- Utilitza mètodes d'ensenyament i aprenentatge adequats per entrenar el voleibol de manera eficient.
- Mostra una correcta comprensió de l'anàlisi i interpretació de situacions de voleibol.
- Demostra bones competències de comunicació i avaluació relacionades amb les tècniques específiques de voleibol.
- Reconeix i comparteix informació pràctica i estratègica sobre voleibol.

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. Voleibol i terminologia en anglès sobre entrenament
2. Recursos en anglès per a entrenadors
3. Identificació i selecció de talent en l'esport
4. Força i condicionament físic per a esportistes joves
5. Entrenament d'habilitats avançades de voleibol
6. Entrenament de tàctiques i estratègies ofensives i defensives de voleibol
7. Ús d'exercicis de voleibol competitiu

AVALUACIÓ

L'avaluació dels estudiants es basa en diversos factors:

- Els resultats d'aprenentatge, inclosos els treballs de classe, representen el 100 % de la nota.
- Participació a les classes pràctiques (mínim 70 %) i assistència a tutories individuals i col·lectives (qualificades amb apte / no apte) amb un percentatge del 10 % sobre la nota final del curs.
- Les proves escrites compten el 65 % de la nota final.
 - Les proves escrites inclouen avaluacions teòriques, activitats de classe i lectures obligatòries.
 - Les proves I i III d'avaluació de teoria i activitats de classe compten un 22,5 %, i l'avaluació de les lectures obligatòries de la prova II i IV compta un 20 %.
- Projecte final en grup (25 %).

Per aprovar l'assignatura cal aprovar tots els treballs de classe i els requisits obligatoris. L'única excepció és l'avaluació de les lectures obligatòries, que es pot superar si la nota de totes les proves és superior a 4 punts i la nota mitjana de les dues proves és superior a 5 punts.

Els estudiants que no superin el 50 % de les proves i treballs durant la setmana de tancament del semestre no tenen dret a repetir-les.

En les recuperacions de qualsevol prova o treball es pot obtenir una nota alta. Tanmateix, els estudiants no poden presentar-se a examen de recuperació només per apujar la nota del curs.

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 estudiants 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 correcta 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-financiers 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 traspassar 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 organitzacions 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%

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

G11, presencial, matí

Llengua d'impartició

català

Professorat

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.
- Aplicar les bases metodològiques per investigar, recuperar i practicar jocs d'arrel popular i tradicional en el marc de l'educació física.
- Descobrir 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.
- Organitzar i gestionar el "joc" en diferents contextos: lleure, una aula de secundària,...

RESULTATS D'APRENTATGE

Planifica i evalúa 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'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.
- Selecció i aplicació de 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.

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

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.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Allué, Josep Maria (2000). *Un, dos, tres, pica paret! : jocs populars i tradicionals* . La Galera.
- ARMENGAUD. C. (2010). *Joguines de la natura* . Mediterrània.
- Bantulà, Jaume (2002). *Juegos multiculturales : 225 juegos tradicionales para un mundo global* . Paidotribo.
- Lavega i Burgués, 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, matí	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 com a 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

- Comprendre l'activitat física com un contingut que ajuda a la formació de la persona.
- Comprendre i identificar les potencialitats que presenta l'activitat física 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.
- 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.16%.
- Història de vida. 12%. Grupal
- Participació i activitats a les pràctiques de classe* (assistència 75%). 35%
- Projecte CP Lledoners. 15%
- Projecte Valors i Esport. 22%

*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. Reconèixer els conceptes i processos bàsics de la planificació i la gestió esportiva
2. Assolir la capacitat de realitzar un pla de màrqueting justificant-ne la idoneïtat utilitzant els conceptes treballats a l'assignatura
3. Disposar dels recursos per poder fer el primer pas en diferents projectes de gestió i planificació esportiva.
4. Obtenir 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)
- Disseny, 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 afavoreixen 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 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. Introducció al Màrqueting
2. Màrqueting estratègic
 - 2.1. Missió
 - 2.2. Anàlisi
 - 2.3. Diagnosi
 - 2.4. Objectius
 - 2.5. Estratègies
3. Màrqueting operatiu
 - 3.1. Segmentació
 - 3.2. Producte
 - 3.3. Preu
 - 3.4. Comunicació
 - 3.5. Distribució

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 en Equip i Activitats a Classe 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.
- Santemasas, 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 entenenent la dinàmica d'aquesta tipologia d'esports.

1. Conèixer la lògica 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, tàctiques 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 i constants estructurals de l'esport del tennis.**
 - Lògica interna de l'acció de joc al tennis.
 - Conceptualització de la tècnica, la tàctica i l'estratègia.
 - Patró d'activitat i perfil fisiològic.
 - Reglament, equipaments i història del tennis.
2. **Entrenament tècnic-tàctic en el tennis.**
 - Els fonaments tècnics del tennis.
 - Els fonaments tàctics del tennis.
 - Metodologies d'entrenament tècnic-tàctic del tennis.
3. **Metodologia de l'entrenament condicional en el tennis.**
 - Entrenament de la força al tennis.
 - Entrenament de la resistència al tennis.
 - Entrenament de la velocitat i aspectes coordinatius al tennis.
 - Entrenament de l'ADM al tennis.
 - Entrenament compensatori i prevenció de lesions al tennis.

AVALUACIÓ

Per valorar l'assoliment dels objectius didàctics es tenen en compte els següents elements d'avaluació:

- **Demostració del model tècnic bàsic (20%).** L'estudiant ha de lliurar un vídeo de 5 minuts on s'expliquin i demostrin els fonaments tècnics dels cops bàsics (servei, dreta, revés i volea).
- **Anàlisi del joc i estudi observacional de la competició (20%).** L'estudiant ha de lliurar un treball basat en l'estudi observacional de les diferents competicions les quals es visiten durant l'assignatura.
- **Intervenció metodològica (20%).** L'estudiant ha de dissenyar, presentar i dirigir una sessió d'entrenament on es desenvolupi un objectiu tècnic, tàctic i condicional.
- **Prova teòrica (20%).** S'avaluen els coneixements teòrics treballats durant l'assignatura.

— **Seguiment, assistència i participació (20%)**. L'assistència mínima per poder superar l'avaluació és 70%, a partir d'aquesta assistència mínima, es valora l'actitud envers l'aprenentatge i la participació durant les sessions.

A la convocatòria ordinària l'estudiant ha d'obtenir una nota mínima de quatre a cadascuna de les avaluacions, en cas que la mitjana global sigui inferior a cinc o que a alguna de les avaluacions no obtingui la nota mínima, s'optarà a una prova global de recuperació.

Els criteris per poder optar a la recuperació són: assistir a un mínim del 70% de les sessions, haver lliurat en primera convocatòria les 3 activitats avaluatives.

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

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	Adolfo Caballero Noguero Núria Marín Nogueira

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'APRENTATGE

- 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.

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. Valoració estat nutricional. Composició corporal. Cineantropometria.
4. Necessitats de macronutrients durant l'exercici
5. Necessitats de macronutrients durant l'exercici. Taller HC

6. Necessitats hídriques en l'EF
7. Suplementació i ajudes ergogèniques

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. Test de sudoració
6. Begudes isotòniques i gels/ barretes energètiques
7. Adaptació de recuperadors nutricionals en funció de les característiques personals de l'esportista

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 de formació continuada 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: Activitat Antropometria (10%)

A2: Test article (5%)

A3: Relació HC/Lactat (10%)

A4: Infografia article (5%)

A5: Presentació Oral (30%)

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 aprovada (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

Aquesta assignatura consta de dues parts: en la primera, els estudiants aprenen a organitzar un esdeveniment esportiu, implementant tot el que han après en un cas pràctic: l'organització d'una Jornada de l'Esport a la Universitat.

La segona part se centra a entendre l'esport i el turisme actiu amb els seus grups d'interès, productes, tendències i reptes.

Objectius

1. Adquirir la capacitat d'emprendre iniciatives en l'àmbit de l'organització d'esdeveniments.
2. Ser capaç de tenir una visió general de l'organització d'un esdeveniment.
3. Adquirir experiència en l'organització d'esdeveniments.
4. Tenir coneixements bàsics de turisme.
5. Tenir capacitat per generar productes a partir de la relació entre esport i turisme.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Coneix les fases de l'organització d'un esdeveniment esportiu.
- Relaciona el turisme amb l'esport i l'activitat física.
- És capaç de gestionar situacions complexes o situacions que requereixin el desenvolupament de noves solucions tant en l'àmbit acadèmic com professional en l'esport i en l'activitat física.
- Disseny intervencions que atenen necessitats de l'àmbit de manera multidisciplinària.
- Actua amb compromís i responsabilitat en les situacions habituals i en les que són pròpies de la professió.

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. Esdeveniments esportius
 - 1.1. Tipologia d'esdeveniments esportius
 - 1.2. Fases dels esdeveniments esportius
 - 1.3. Tècniques d'organització d'esdeveniments esportius
 - 1.4. Àrees dels esdeveniments esportius
2. Turisme i esports
 - 2.1. Introducció al turisme, i turisme i esports
 - 2.2. Turisme esportiu
 - 2.3. Turisme actiu

AVALUACIÓ

1. Exercicis individuals durant el curs (15 %)
2. Implicació en l'organització dels UVic Sport Games (50 %)
3. Dossier d'un esdeveniment esportiu (10 %)
4. Examen (25 %)

Per aprovar l'avaluació cal tenir una nota mínima de 4,5 en cada part.

En la recuperació només hi haurà una activitat individual per als dos primers apartats del pla d'avaluació i un examen per recuperar l'examen suspès.

Si se suspèn més del 50 % dels elements d'avaluació, no es pot aprovar l'assignatura. Aleshores cal repetir-la el curs següent.

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 Isaac Taberner Canadell

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 físicoesportives 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'APRENENTATGE

- Dissenyar, planificar i avaluar 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)
- Dissenyar intervencions que atenen a necessitats de l'àmbit de forma multidisciplinària. (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 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 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	Clara Teixidor Batlle Jordi Coma Bau Xantal Borràs Boix

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. Conceptes bàsics
2. Constants vitals

3. Valoració de la víctima i triatge
4. Posicions d'espera
5. Trasllat de la víctima
6. Obstrucció de la Via Aèria (OVACE)
7. Ferides i Traumatismes
8. Hemorràgies i Xocs
9. Embenats
10. Lesions animals
11. Suport Vital Bàsic (SVB) + Desfibril·lació Externa Automàtica (DEA)
12. Problemes mèdics
13. Lesions tèrmiques
14. Intoxicació i Anafilaxi
15. Ètica
16. Farmaciola

Lesions esportives

1. Epidemiologia de les lesions
2. Etiologia de la lesió. Factors de risc i mecanismes lesionals
3. Prevenció i readaptació de les lesions. Model de prevenció
4. Valoració funcional musculoesquelètica de l'esportista: patrons de moviment, ADM, equilibri, postura
5. Pilars de prevenció

AVALUACIÓ

Avaluació Primers auxilis (50 % de la nota final)

— Dues avaluacions (AV1 20% / AV2 20%)

És imprescindible aprovar cada una de les dues avaluacions amb un 5 per a poder fer mitjana a la nota final. L'alumne que suspengui alguna prova d'avaluació contínua pot presentar-se a examen de recuperació de cada una de les parts suspesa.

— Activitats a l'aula (10%)

Activitats de classe, individuals i de grup relacionades amb els temes desenvolupats. Les activitats d'aquest bloc no són recuperables.

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. Activitat física i Osteoartrosis
4. Activitat física i malalties mentals
5. Activitat física i malalties cardiovasculars
6. Activitat física i malalties cerebro-vasculars
7. Activitat física i obesitat

AVALUACIÓ

L'assignatura de programació s'avaluarà a través dels següents apartats

- **Avaluació continuada (individual):** assistència, participació a les discussions, aportar idees, iniciativa, creativitat, comentaris d'articles...**20%**
- **Tasca individual:** entrevista inicial i primer entrenament personal. **10%**
- **Tasca grupal:** exposició en grup del power teòric de les diferents malalties a la resta de la classe i dissenyar una sessió pràctica. **10%**
- **Tasca treball de l'entrenament personal (individual). 40%**
- **Tasca presentació del power del teu entrenament personal (individual) 10%**

Avaluació continuada (individual): no és recuperable

Tasca individual: entrevista inicial i primer entrenament personal. No és recuperable.

Tasca grupal: exposició en grup del power teòric de les diferents malalties a la resta de la classe i dissenyar una sessió pràctica. No és recuperable

Tasca treball de l'entrenament personal (individual). Es pot recuperar la setmana de recuperació amb una nota màxima de 5

Tasca presentació del power del teu entrenament personal (individual). Es pot recuperar la setmana de recuperació amb unanota màxima de 5

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/bmxlYmtfXzE3NDM3ODFfX0FOO?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

Aquesta assignatura se centra en com planificar, implementar i avaluar projectes d'arts escèniques a l'aula d'educació física. Combinar l'educació i l'art amb l'esport ofereix una experiència formativa molt eficaç que pot ser liderada per qualsevol persona que treballi en qualsevol tipus de context educatiu. Aquesta assignatura segueix una metodologia d'«aprenentatge fent»: fer, reflexionar, aplicar; a la vegada que s'incorpora a les classes una perspectiva interseccional.

Objectius generals

- Construir desenvolupar i reflexionar sobre coneixements indissociables, adquirits i situats.
- Comprendre diferents maneres d'integrar la poètica i les pràctiques de l'art i del cos a l'aula d'educació física.
- Adquirir experiència en tècniques de teatre social per analitzar contextos diversos.
- Explorar, aprendre i practicar una sèrie de projectes de naturalesa performativa per tal d'ampliar les habilitats expressives i perceptives.

RESULTATS D'APRENENTATGE

- Du a terme una sessió específica d'arts performatives de manera 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 performatives. (RA6)
- Mostra habilitats per a la reflexió crítica en els processos vinculats a l'exercici de la professió. (RA7)
- Actua amb compromís i responsabilitat en les situacions habituals i en les que són pròpies de la professió. (RA10)
- Utilitza l'aula d'educació física per promoure activitats d'art dramàtica i performativa 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'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. Cos, moviment i expressió
 - a. 1.1. Coneixement situat del cos
 - b. 1.2. L'execució
 - c. 1.3. Arts escèniques, jocs i educació física
2. Projectes d'arts escèniques i contextos educatius
 - a. 2.1. Enfocament interseccional de les pràctiques corporals
 - b. 2.2. Desenvolupament de projectes d'arts escèniques a les aules d'educació física

AVALUACIÓ

- Portafolis d'evidències: 40 % (RA3, RA4) No recuperable
- Projecte d'actuació grupal: 30 % (RA7, RA12)
- Projecte teatral escrit: 30 % (RA10, RA5, RA6)

La recuperació només és possible si l'estudiant ha elaborat el portafolis d'avaluació i ha assistit a un 85 % de les sessions.

BIBLIOGRAFIA BÀSICA

- Arthur and Marilouise Kroker (Ed.) (1993). *The Last Sex. Feminism and Outlaw bodies*. Recuperat de https://dspace.library.uvic.ca/bitstream/handle/1828/7117/Kroker_Arthur_TheLastSex_1993.pdf?sequence%3D4
- bell hooks (1994). *Teaching to Transgress: Education as the Practice of Freedom*. Recuperat de <https://sites.utexas.edu/lscjs/files/2018/02/Teaching-to-Transcend.pdf>
- Gayatri Chakravorty Spivak (2012). *An Aesthetic Education in the Era of Globalization*. Recuperat de <https://huminst.uic.edu/wp-content/uploads/sites/412/2019/11/gayatri-chakravorty-spivak-an-aesthetic-education-in-the-era-of-globalization.pdf>
- Peggy Phelan and Jill Lane (1998). *The Ends of Performance*. New York University Press.
- Richard Schechner (2002). *Performance Studies. An Introduction*. Routledge.

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

La inactivitat física i les conductes sedentàries són factors de risc per a malalties cròniques com l'obesitat, les malalties cardiovasculars i la diabetis de tipus 2. L'augment dels nivells d'activitat física i la reducció del sedentarisme s'han convertit en estratègies clau de salut pública per prevenir i controlar les malalties cròniques. En aquest context, l'alt percentatge de persones sedentàries i inactives a tot el món posa de manifest la necessitat d'implementar programes específics per promoure l'activitat física i reduir el sedentarisme en tots els segments de la població. Aquesta assignatura tracta temes rellevants per dissenyar programes efectius de promoció de l'activitat física per a nens, adolescents, adults i gent gran en diferents entorns (escoles, llocs de treball, ciutats i centres esportius, entre d'altres). Al final del curs, els estudiants han de poder dissenyar un programa de foment de l'activitat física per a un entorn real escollit.

Objectius

1. Entendre la importància de "fomentar l'activitat física i estar menys asseguts" per a la salut pública i per millorar el benestar de la població.
2. Conèixer les principals teories psicològiques i determinants de l'activitat física i de la conducta sedentària per afavorir el canvi de conducta.
3. Identificar les barreres i els elements facilitadors que influeixen en l'adopció de l'activitat física i la reducció del sedentarisme.
4. Analitzar programes de promoció de l'activitat física i "seure menys" basats en diferents entorns: lloc de treball, centres de salut, comunitat i escoles.
5. Dissenyar i desenvolupar un programa d'activitat física per a un entorn real mitjançant el model PRECEDE-PROCEED.

RESULTATS D'APRENTATGE

- Desenvolupa un programa de promoció de l'activitat física adaptat a les diferents necessitats d'un grup objectiu en un entorn concret. (RA1)
- Utilitza estratègies conductuals per promoure l'adherència a l'activitat física habitual. (RA4)
- Aprèn tècniques de motivació per afavorir l'adopció d'un estil de vida actiu en diferents entorns: espais públics a les ciutats, llocs de treball, escoles i entorns sanitaris. (RA5)
- Fa front a situacions complexes que requereixen la recerca de noves solucions dins dels sectors de l'activitat física i la salut. (RA6)
- Desenvolupa actituds de respecte cap a la diversitat lingüística. (RA8)

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. Definició de conceptes clau en promoció de la salut

2. Història de la promoció de la salut i l'activitat física
3. Per què és important promoure l'activitat física i reduir el sedentarisme en la salut pública? Proporcionar una justificació basada en l'evidència
4. Programes de promoció de l'activitat física i "seure menys" en salut pública: documents marc internacionals i nacionals
5. Enquestes nacionals de salut i plans nacionals de salut: per a què serveixen?
6. Programes de promoció de l'activitat física en diferents entorns d'Europa: Què fa que un programa de promoció de l'activitat física sigui efectiu?
7. Determinants de l'activitat física i del sedentarisme al llarg de la vida
8. Integrar les teories psicològiques i els models de canvi de comportament en els programes de promoció de l'activitat física
9. Dissenyar i planificar programes a mida per promoure l'activitat física i reduir el sedentarisme: el model PRECEDE-PROCEDE

AVALUACIÓ

1. Assistència a les tutories obligatòries que es fan els divendres: 10 % de la nota final. No recuperable
2. Presentació de tasques i informes al llarg del curs: 10 % de la nota final. No recuperable
3. Avaluació individual
 - 3.1. Primera fase del treball individual: proporcionar una justificació personalitzada de per què és important promoure l'activitat física o reduir el temps assegut per a l'entorn real escollit: 25 % de la nota final
 - 3.2. Segona fase del treball individual: Disseny d'un programa de foment de l'activitat física adaptat a l'entorn real escollit: 25 % de la nota final
4. Examen d'opció múltiple: 20 % de la nota final
5. Presentació en PowerPoint del programa de foment de l'activitat física: 10 % de la nota final

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 EUROPEA Region*. World health Organization.

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 aprovat.

Per tenir accés a recuperació, si teniu 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

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

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'APRENTATGE

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 inclosius 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.
- Selecció i aplicació dels 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. Exercici físic
2. Tècniques d'exercici físic
 - 2.1. Relaxació
 - 2.2. Respiració
 - 2.3. Klapp
 - 2.4. Cadenes musculars
 - 2.5. Pilates
 - 2.6. Gimnàstica suau
 - 2.7. Tècniques de treball del sòl pèlvic
 - 2.8. Exemples pràctics

AVALUACIÓ

- L'avaluació de l'**assistència i participació** val un **20%**

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 fer una tasca relacionada amb els continguts que s'han donat en aquella sessió.

- **Tasca individual:** presentació d'un **dossier** de les sessions practiques. **30%**
- **Tasca individual:** presentació d'un treball pràctic **d'estiraments 20%**
- **Tasca grupal:** Presentació d'una **sessió grupal** als companys **20%**
- **Autoavaluació: 10%**

- L'avaluació de l'assistència i participació no és recuperable
- Tasca individual: presentació d'un dossier de les sessions practiques. És recuperable la setmana de recuperació amb una nota màxima de 5
- Tasca individual: presentació d'un treball pràctic d'estiraments. És recuperable la setmana de recuperació amb una nota màxima de 5
- Tasca grupal: Presentació d'una sessió grupal als companys. És recuperable la setmana de recuperació amb una nota màxima de 5
- Autoavaluació: 10%

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.
- Selecció 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.**

- L'aprenentatge cooperatiu.
- El Model d'Educació Esportiva.
- L'avaluació formativa.

3. Organització i treball en equips

- L'equip i la definició dels seus objectius.
- Repartició de tasques i de rols.
- Entrenaments per equips.
- La responsabilitat individual.
- La valoració del procés de l'equip.
- Organització del campionat.

4. L'autoavaluació de l'equip

- Scouting.
- 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 durà a terme una activitat d'avaluació en relació amb els 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.