

## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
<b>NombreCompleto</b>	Introducción al entrenamiento deportivo
<b>Código</b>	E000002370
<b>Impartido en</b>	Grado en Fisioterapia [Cuarto Curso]
<b>Nivel</b>	Reglada Grado Europeo
<b>Cuatrimestre</b>	Semestral
<b>Créditos</b>	3,0
<b>Carácter</b>	Optativa (Grado)
<b>Departamento / Área</b>	Escuela Universitaria de Enfermería y Fisioterapia
<b>Responsable</b>	Elisa Benito Martinez
<b>Horario</b>	Ver guia colgada en moodle
<b>Horario de tutorías</b>	Ver guia colgada en moodle
<b>Descriptor</b>	Ver guia colgada en moodle

### Datos del profesorado

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

### Contextualización de la asignatura

#### Aportación al perfil profesional de la titulación

Asignatura Optativa que aportará al alumno bases introductorias sobre aspectos del entrenamiento deportivo que pueda resultarle útiles en los sistemas de recuperación de pacientes en el ámbito deportivo, usando herramientas biomecánicas que permitan objetivar y justificar las bases sobre las cuales realizar esta mejoría del sistema locomotor.

#### Prerrequisitos

Ninguno

### Competencias - Objetivos

#### Competencias

## BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

### Contenidos – Bloques Temáticos

1. Introducción al Entrenamiento Deportivo.
  - a. Equipo multidisciplinar
  - b. Principios básicos del entrenamiento deportivo
  - c. Periodización de la fuerza
  - d. Clasificación de las manifestaciones de la fuerza
2. Fisioterapia Deportiva: Prevención:
  - a. Estudio de las cualidades físicas básicas y complementarias.
  - b. Fisioterapia preventiva. Prevención en discapacitados.
3. Fisioterapia Deportiva frente a las lesiones:
  - a. Planificación y programación de la recuperación de la fuerza, resistencia aeróbica. Vuelta al entrenamiento.
  - b. Evaluación del rendimiento deportivo.
4. Nutrición en el entrenamiento deportivo
5. Doping en el deporte
6. Trabajo a pie de pista/Campo
7. Masaje con Hielo
8. Estudio biomecánico del gesto deportivo
9. Evaluación mediante test de campo

## **METODOLOGÍA DOCENTE**

### **Aspectos metodológicos generales de la asignatura**

1. Las *clases expositivas* se orientan principalmente a la adquisición de competencias generales y específicas de conocimiento, comprensión, análisis y síntesis de los contenidos teóricos y prácticos de la materia.
2. Las *clases prácticas (Habilidades y Simulación, Role Playing y Resolución de casos y problemas)* se centran en la adquisición de competencias especialmente específicas de tipo profesional en sus aspectos prácticos, en situaciones simuladas y/o también clínicas, fomentan la aplicabilidad de los conocimientos teórico-prácticos necesarios para la adquisición de las competencias específicas. Estimulan al estudiante a organizar y planificar el trabajo -gestionado información proveniente de diferentes fuentes, a tener iniciativa en la resolución de las tareas encomendadas, y a tomar decisiones entre alternativas posibles.
3. *El trabajo dirigido*: Se propondrán por parte del profesorado, distintas situaciones y casos y problemas que los alumnos deberán resolver en grupo. Estos podrán ser expuestos en el aula al resto de los compañeros para su autoevaluación.
4. *El trabajo autónomo* del alumno. Se colgará en el portal del alumno los resúmenes de las distintas clases que se irán desarrollando a lo largo de la asignatura, para que se pueda hacer una lectura previa de las mismas así como complementar aquello que sea necesario en la documentación presentada. Una vez expuesto en el aula, resueltas las dudas y con todos los conceptos claros, el alumno deberá ser capaz de aplicar estas terapias y complementar aquellas dudas que le surjan con la información suministrada por el profesor, y a través de las tutorías y material colgado en la web. Con todo el conocimiento adquirido, el alumno deberá dominar todos estos conceptos para ser

posteriormente capaz de aplicarlos en las asignaturas posteriores y en las estancias clínicas que tendrá a lo largo de los siguientes años. También preparará trabajos grupales y resolución de cuestiones, con consulta bibliográfica.

5. Finalmente las *actividades de tutoría* consisten en tiempos de seguimiento realizados por el profesor con el objetivo de acompañar el aprendizaje del estudiante, revisando contenidos y materiales presentados en las clases, y aclarando dudas en el desarrollo del trabajo autónomo del estudiante. Pueden ser horas de tutoría personal o grupal.

### Metodología Presencial: Actividades

- Clases magistrales con posibilidad de pequeñas intervenciones y discusiones en el aula.
- Seminarios y actividades de trabajo dirigido que se realizarán tras finalizar

determinados temas de la asignatura.

- Exposiciones individuales o en equipo en el aula de diferentes temas relacionados con el temario.
- Clases prácticas a través de metodología activa en habilidades y simulación.
- Tutorías donde el profesor resolverá las dudas que se

presenten a los alumnos, a través de la web.

### Metodología No presencial: Actividades

- Trabajo autónomo del estudiante, donde realizará análisis y asimilación de los contenidos de la materia.
- Preparación y resolución de cuestiones relativas a las prácticas, consulta bibliográfica.
- Tutorías no presenciales (on line), donde se resolverán dudas que se presenten a los alumnos, a través de la web.

## RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES

HORAS NO PRESENCIALES

CRÉDITOS ECTS: 3,0 (0 horas)

## EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

### Calificaciones

BLOQUE A (TEORÍA):

- a. La inasistencia, **no justificada**, a más de un tercio de las clases presenciales totales tendrá como consecuencia la **imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria ordinaria y extraordinaria** del curso académico.

El alumno deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.

- b. En caso de inasistencia a más de un 30% y menos de un 40% de las clases presenciales totales, por **causa debidamente justificada** (capítulo IV, art. 11.4 Normas académicas EUEF“ SJD”), el alumno podrá recuperar la posibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria **ordinaria**.

- o Condiciones para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **ordinaria**:

Presentar Un trabajo inédito de revisión sobre un tema elegido por el profesor

Con una extensión de 20 páginas a 1 sola cara, con un interlineado de 1,25 y letra 12 (Calibri o similar) y márgenes estándar word. En formato papel y digital en Word o PDF.

Al menos 10 referencias bibliográficas, citadas en formato Vancouver o similar y que NO sean Páginas Webs.

Nota: El alumno que no presente el trabajo en la fecha indicada deberá presentarlo, en la nueva fecha que se le indique, para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en **convocatoria extraordinaria**. En caso de no presentarlo en la nueva fecha indicada, deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.

BLOQUE B (PRÁCTICA):

- a. La inasistencia, **no justificada**, al total de las clases presenciales prácticas tendrá como consecuencia la **imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria ordinaria y extraordinaria del curso académico**, debiendo matricular nuevamente la asignatura en el siguiente curso académico.

- b. La **inasistencia justificada**, a más de un 30% y menos de un 40% de las clases presenciales prácticas, tendrá como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria **ordinaria**.
- o Condiciones para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **extraordinaria**:
    - Realizar una tutoría, en la fecha acordada por el profesor de la asignatura, y tras la revisión de la documentación indicada.
    - El alumno que no se presente a la tutoría en la fecha indicada perderá la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **extraordinaria** y deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.
    - En el caso de que la inasistencia sea debidamente justificada (capítulo IV, art. 11.4 Normas académicas EUEF" SJD"), pero supere el 40% de las clases presenciales prácticas, el alumno **podrá solicitar la anulación de la convocatoria correspondiente**. La solicitud, acompañada de los documentos acreditativos que procedan, deberá ser presentada 20 días antes de la fecha del comienzo de exámenes de la convocatoria correspondiente. En caso de concesión, dicha convocatoria no le será computada.

## Aclaraciones

### \*ACLARACIONES

La asistencia a las Jornadas de Fisioterapia que se realizarán en los meses de marzo-abril del curso académico, será necesaria para la superación de la asignatura del apartado correspondiente (20%). Sobre la actividad, el profesor de la asignatura indicará las características de un trabajo que se deberá presentar el día del examen. El alumno deberá entregar copia del certificado de asistencia a las jornadas, junto con el trabajo a presentar el día de la prueba.

Los alumnos que no asistan a las Jornadas no superaran este apartado debiendo presentar un trabajo de características especiales que el profesor de la asignatura indicará una vez finalizado el periodo lectivo. Para aquellos alumnos cuya asistencia a las jornadas no pueda realizarse por causas justificadas por jefatura de Estudios, el profesor adaptará una actividad de carga similar al resto de sus compañeros que le comunicará personalmente.

La convocatoria Extraordinaria: Será necesario que se presente aquellos alumnos que no haya superado alguno de los dos contenidos anteriores, manteniendo la calificación de aquellos que si haya superado

## Convocatoria Ordinaria

El alumno deberá superar los 3 bloques (A, B y C) independientemente para poder superar la asignatura.

En el caso de no obtener una calificación mínima de 5 en cada uno de los bloques el alumno se deberá presentar a la convocatoria extraordinaria del bloque no superado. En el caso de desear presentarse a subir nota de alguno de los bloques, este podrá hacerlo con la consecuencia de poder subir o bajar su calificación y teniendo en cuenta que cuando no se haya superado, al menos, uno de los Bloques todo alumno obtendrá una calificación de "Suspenso" en la convocatoria Ordinaria-Extraordinaria.

El Bloque C: Será evaluado calculando la media aritmética de las notas obtenidas de las actividades que el profesor haya llevado a cabo durante el desarrollo de la asignatura.

- **La asistencia a las Jornadas de Fisioterapia** que se realizarán en los meses de marzo-abril del curso académico, será necesaria para la superación del Bloque C. El alumno deberá entregar copia del certificado de asistencia a las jornadas que deberá presentarse el día del examen.
- Los alumnos que no presenten el certificado de asistencia y no puedan justificar debidamente su falta al profesor de la asignatura, no superaran este apartado debiendo elaborar un trabajo (cuyas características son especificadas en el apartado de no superación del bloque C dentro de "convocatoria extraordinaria").

### Convocatoria Extraordinaria

- El alumno deberá someterse a la evaluación pertinente de los bloques no aprobados.
- 
- Los alumnos que no superen (calificación mínima de 5) en el Bloque A; en la convocatoria ordinaria deberán presentarse a una prueba de conocimientos teóricos de las mismas características a la convocatoria ordinaria y en donde se evaluará la totalidad de los conocimientos teóricos impartidos en la asignatura. Para superar este apartado en la convocatoria extraordinaria será necesario obtener una calificación al menos de un 5 sobre 10. En el caso de no alcanzar la calificación de 5, el alumno deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico al considerarse no superada la asignatura.
- Los alumnos que no superen (calificación mínima de 5) en el Bloque B en la convocatoria ordinaria deberán presentarse a una prueba de conocimientos prácticos de las mismas características a la convocatoria ordinaria y en donde se evaluará la totalidad de los conocimientos prácticos impartidos en la asignatura. Para superar este apartado en la convocatoria extraordinaria será necesario obtener una calificación al menos de un 5 sobre 10. En el caso de no alcanzar la calificación de 5, el alumno deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico al considerarse no superada la asignatura.
- Los alumnos que no superen (calificación mínima de 5) en el Bloque C en la convocatoria ordinaria deberán elaborar y presentar en la fecha y hora destinada para el examen del Bloque A un trabajo que recoja las competencias evaluadas en el Bloque C:

- o Un trabajo inédito de revisión sobre un tema elegido por el profesor
  - Con una extensión de 20 páginas a 1 sola cara, con un interlineado de 1,25 y letra 12 (Calibri o similar) y márgenes estándar word.
  - En formato papel y grabado en CD en Word y PDF.
  - Al menos 10 referencias bibliográficas, citadas en formato Vancouver o similar y que NO sean Páginas Webs.

\*El alumno que no presente el trabajo en la fecha indicada suspenderá el bloque y por lo tanto deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.

### Pérdida de escolaridad

BLOQUE A (TEORÍA):

- a. La inasistencia, **no justificada**, a más de un tercio de las clases presenciales totales tendrá como consecuencia la **imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria ordinaria y extraordinaria** del curso académico.

El alumno deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.

- b. En caso de inasistencia a más de un 30% y menos de un 40% de las clases presenciales totales, por **causa debidamente justificada** (capítulo IV, art. 11.4 Normas académicas EUEF" SJD"), el alumno podrá recuperar la posibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria **ordinaria**.

- o Condiciones para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **ordinaria**:

Presentar Un trabajo inédito de revisión sobre un tema elegido por el profesor

Con una extensión de 20 páginas a 1 sola cara, con un interlineado de 1,25 y letra 12 (Calibri o similar) y márgenes estándar word. En formato papel y digital en Word o PDF.

Al menos 10 referencias bibliográficas, citadas en formato Vancouver o similar y que NO sean Páginas Webs.

Nota: El alumno que no presente el trabajo en la fecha indicada deberá presentarlo, en la nueva fecha que se le indique, para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en **convocatoria extraordinaria**. En

caso de no presentarlo en la nueva fecha indicada, deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.

BLOQUE B (PRÁCTICA):

- a. La inasistencia, **no justificada**, al total de las clases presenciales prácticas tendrá como consecuencia la **imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria ordinaria y extraordinaria del curso académico**, debiendo matricular nuevamente la asignatura en el siguiente curso académico.
  
- b. La **inasistencia justificada**, a más de un 30% y menos de un 40% de las clases presenciales prácticas, tendrá como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen de la asignatura en la convocatoria **ordinaria**.
  - o Condiciones para recuperar la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **extraordinaria**:
    - Realizar una tutoría, en la fecha acordada por el profesor de la asignatura, y tras la revisión de la documentación indicada.
    - El alumno que no se presente a la tutoría en la fecha indicada perderá la posibilidad de presentarse a examen en convocatoria **extraordinaria** y deberá matricularse nuevamente de la asignatura en el siguiente curso académico.
    - En el caso de que la inasistencia sea debidamente justificada (capítulo IV, art. 11.4 Normas académicas EUEF" SJD"), pero supere el 40% de las clases presenciales prácticas, el alumno **podrá solicitar la anulación de la convocatoria correspondiente**. La solicitud, acompañada de los documentos acreditativos que procedan, deberá ser presentada 20 días antes de la fecha del comienzo de exámenes de la convocatoria correspondiente. En caso de concesión, dicha convocatoria no le será computada.

## **BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS**

### **Bibliografía Básica**

- Louis Mélenec. Valoración de las discapacidades y del daño corporal: baremo internacional de invalideces Ed. Elsevier España, 1996.
- C. Génot. Kinesioterapia: Evaluaciones. Técnicas pasivas y activas del aparato locomotor. Principios. Miembros inferiores Volumen 1 de Kinesioterapia: Evaluaciones, técnicas pasivas y activas del aparato locomotor. I Principios, Ed Editorial Médica Panamericana, 2005.
- Ramón Suarez Gustavo. Biomecánica deportiva y control del entrenamiento. Ed Funámbulos Editores. 2009.
- Rodrigo C Miralles Marrero, Iris Miralles Rull. Biomecánica clínica de las patologías del aparato locomotor .Ed. McGraw Hill- 2007.
- Amelia Ferro Sánchez. La carrera de velocidad: metodología de análisis biomecánico. Ed Lib Deportivas Esteban Sanz.
- Katerine Caballero, Luz María Duque, Sandra Ceballos, Juan Carlos Ramirez, Alejandro Peláez. Conceptos básicos para el análisis electromiográfico. Ed. CES Odontología.
- Mel C. Siff, Yuri Verkhoshansky. Superentrenamiento. Ed Editorial Paidotribo, 2000.
- Pierre Harichaus, Jean Medelli. Tests de aptitud física y tests de esfuerzo: Evaluación científica de la aptitud física, Rendimiento deportivo. Editor INDE, 2006.
- Jesús J. Rojo González. Fundamentos del movimiento humano..5º ed Elsevier España, 2006.
- Weineck, J. Entrenamiento total. 1º ed Paidotribo Barcelona, 2005.
- Meañós. Electroterapia aplicada. 1º ed. Formación continuada Madrid, 2002.
- Benito, E., Martínez-López, E. Electroestimulación aplicada al deporte. 1º ed. Wnaceulen, Sevilla, 2013.