



## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Prácticas I
Código	E000008830
Título	<a href="#">Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte por la Universidad Pontificia Comillas</a>
Créditos	6,0 ECTS
Carácter	Obligatoria (Grado)
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación

Datos del profesorado	
<b>Profesor</b>	
Nombre	Evelia Franco Álvarez
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Despacho	Cantoblanco
Correo electrónico	efalvarez@comillas.edu
Teléfono	4437
<b>Profesor</b>	
Nombre	María del Carmen Ocete Calvo
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Correo electrónico	mcocete@comillas.edu
<b>Profesor</b>	
Nombre	Víctor Martínez Majolero
Departamento / Área	Departamento de Educación, Métodos de Investigación y Evaluación
Correo electrónico	vmartinez@comillas.edu

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
<b>Aportación al perfil profesional de la titulación</b>
<p>Dentro de la materia "Prácticas" se integra la asignatura Prácticas I.</p> <p>Esta asignatura supondrá un primer contacto directo real con la actividad profesional para la que prepara/habilita esta titulación. Se trata, por tanto, de una asignatura que, junto al resto de prácticas, completará y verificará la adquisición por el estudiante de las destrezas y competencias generales que se persiguen a lo largo del título, junto a las destrezas específicas de orientación profesional.</p>
<b>Prerequisitos</b>



No hay.

## Competencias - Objetivos

### Competencias

#### GENERALES

<b>CG01</b>	Capacidad de búsqueda y gestión de información en el área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte	
	<b>RA1</b>	Busca en diversas fuentes información relativa a los diferentes ámbitos de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
	<b>RA2</b>	Selecciona con criterio la información procedente de fuentes con rigor científico
	<b>RA3</b>	Organiza la información seleccionada y la aplica a situaciones reales que se puedan desarrollar en los diferentes ámbitos de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
<b>CG02</b>	Capacidad de análisis y síntesis de datos e informaciones relevantes en el ámbito profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Describe, relaciona e interpreta situaciones y planteamientos sencillos
	<b>RA2</b>	Selecciona los elementos más significativos y sus relaciones en textos complejos
	<b>RA3</b>	Identifica las carencias de información y establece relaciones con los elementos externos a la situación planteada
<b>CG03</b>	Capacidad de organización y planificación en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Planifica su trabajo personal de una manera viable y sistemática
	<b>RA2</b>	Participa en el desarrollo organizado de un trabajo en grupo
	<b>RA3</b>	Planifica un proyecto complejo
<b>CG04</b>	Capacidad para utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación aplicadas a las Ciencias de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Utiliza recursos TIC adecuados para un trabajo académico general
	<b>RA2</b>	Conoce y utiliza correctamente recursos TIC para la práctica general de su profesión
	<b>RA3</b>	Conoce y utiliza algunos recursos TIC para investigación en su ámbito de estudio
<b>CG05</b>	Capacidad para comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Expresa sus ideas de forma estructurada, inteligible y convincente



	<b>RA2</b>	Interviene ante un grupo con seguridad y soltura
	<b>RA3</b>	Escribe con corrección
	<b>RA3</b>	Presenta documentos estructurados y ordenados
<b>CG06</b>	Capacidad para el trabajo en equipo y el establecimiento de las relaciones interpersonales en su trabajo en el área de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Colabora con otras personas en el reparto y realización de tareas en trabajos académicos teóricos y prácticos
	<b>RA2</b>	Cumple los plazos de entrega fijados en el grupo de trabajo
	<b>RA3</b>	Soluciona conflictos y dificultades interpersonales en el proceso de trabajo grupal
	<b>RA4</b>	Realiza el trabajo de forma coordinada en un equipo multidisciplinar
<b>CG07</b>	Capacidad para el razonamiento crítico y la autocrítica en el ejercicio de su labor como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Manifiesta interés por nuevas informaciones no contempladas
	<b>RA2</b>	Cambia y adapta sus planteamientos iniciales a la luz de nuevas informaciones
	<b>RA3</b>	Muestra curiosidad por las temáticas tratadas más allá de la calificación
	<b>RA4</b>	Establece relaciones y elabora síntesis propias sobre los contenidos trabajados
<b>CG08</b>	Capacidad para aprender a tomar decisiones de forma autónoma y fundamentada sobre problemas profesionales del ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Realiza sus trabajos y su actividad necesitando sólo unas indicaciones iniciales y un seguimiento básico
	<b>RA2</b>	Busca y encuentra recursos adecuados para sostener sus actuaciones y realizar sus trabajos
	<b>RA3</b>	Amplía y profundiza en la realización de sus trabajos
	<b>RA4</b>	Muestra cierta creatividad en las síntesis y conclusiones de sus trabajos
<b>CG09</b>	Capacidad para reconocer la diversidad y la multiculturalidad y gestionarlas adecuadamente en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Conoce las características culturales de los diferentes grupos étnicos
	<b>RA2</b>	Diseña las intervenciones teniendo en cuenta la cultura de las personas con las que puede intervenir
	<b>RA3</b>	Analiza la influencia de los rasgos diferenciales y culturales de las personas con las que puede intervenir



<b>CG10</b>	Compromiso ético en el desempeño profesional en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Reflexiona sobre su pensamiento y su actuación desde los valores propios del humanismo y la justicia
	<b>RA2</b>	Presenta interés por las consecuencias que su actividad y su conducta puede tener para los demás
	<b>RA3</b>	Conoce los fundamentos del hecho religioso en general y del hecho cristiano en particular así como su relación con la ética social y profesional.
	<b>RA4</b>	Conoce y asume de forma reflexionada los principios éticos y deontológicos profesionales
<b>CG11</b>	Capacidad para desarrollar su profesión con rigor y calidad en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Planifica su actividad teniendo en cuenta la repercusión de su actividad en otros
	<b>RA2</b>	Busca información objetiva y fundamentada antes de tomar opinión sobre los sucesos.
	<b>RA3</b>	Mantiene la objetividad en sus juicios y tomas de decisión
	<b>RA4</b>	Valora la actividad de otros profesionales en la resolución de un problema en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva
<b>CG12</b>	Capacidad para adaptarse a las nuevas situaciones y trabajar de forma creativa en el área de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Identifica y definir adecuadamente el problema y se plantea un amplio abanico de posibles causas
	<b>RA2</b>	Plantea posibles soluciones y las aplica hasta que resuelve los problemas que se le plantean
	<b>RA3</b>	Identifica problemas antes de que su efecto se haga evidente
	<b>RA4</b>	Insiste en la tarea y vuelve a intentarlo cuando no se obtiene el resultado esperado o aparecen obstáculos
<b>CG14</b>	Capacidad para desarrollar su profesión con iniciativa y liderazgo en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Aprovecha las diferentes posibilidades de sus compañeros como coordinador de determinadas tareas en grupo
	<b>RA2</b>	Corrige y orienta al resto de personas hacia el objetivo marcado en las prácticas realizadas
	<b>RA3</b>	Detecta problemas y propone soluciones a diferentes supuestos prácticos de forma autónoma
<b>ESPECÍFICAS</b>		
<b>CE07</b>	Conocer, entender, y saber adaptar la actividad física al desarrollo evolutivo y al nivel biofisiológico de los practicantes de actividad física y deporte	
	<b>RA1</b>	Identifica las diferentes características del desarrollo evolutivo relacionadas con la actividad física y deportiva de las distintas poblaciones



	<b>RA2</b>	Adapta las actividades físico-deportivas en función de las características biofisiológicas de los individuos
<b>CE08</b>		Conocer y aplicar los protocolos de medición e instrumentación más comunes en el ámbito de las Ciencias de la actividad física y del deporte
	<b>RA1</b>	Comprende y utiliza los distintos instrumentos y protocolos de medida en actividad física y el deporte
	<b>RA2</b>	Interpreta los datos obtenidos de las mediciones e instrumental específico de actividad física y el deporte
	<b>RA3</b>	Utiliza los distintos protocolos de medida e instrumentales más adecuados en la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales.
<b>CE10</b>		Conocer las bases de la metodología de investigación aplicada a la actividad física y al deporte
	<b>RA1</b>	Comprende y distingue las características que tiene la información científica y sabe cómo interpretarla
	<b>RA2</b>	Interpreta y utiliza la literatura científica específica de la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales
	<b>RA3</b>	Utiliza los distintos protocolos de medida e instrumentales más adecuados en la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales
<b>CE11</b>		Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y deportiva con atención a las características individuales y contextuales de las personas
	<b>RA1</b>	Conoce y aplica las diferentes técnicas, estrategias y estilos de enseñanza de actividad física y deporte teniendo en cuenta las características individuales y grupales del alumnado
	<b>RA2</b>	Realiza adaptaciones curriculares en diferentes supuestos prácticos
	<b>RA3</b>	Diseña actividades físico-motrices en las cuales se tenga en cuenta los aspectos psicológicos y sociales del movimiento humano.
	<b>RA4</b>	Diseña de forma integrada y realiza procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la motricidad del movimiento humano
<b>CE12</b>		Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deportiva entre los distintos perfiles de población
	<b>RA1</b>	Conoce y transmite los diferentes beneficios de la actividad física y deportiva en la población escolar
	<b>RA2</b>	Evalúa los diferentes aspectos relacionados con la adherencia a los hábitos y a la práctica de actividad físico-deportiva
<b>CE13</b>		Aplicar los principios anatómicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales , en los distintos ámbitos profesionales de la actividad física y el deporte
	<b>RA1</b>	Distingue y relaciona actividades físico deportivas en las que tiene en cuenta las implicaciones



		anatômicas, fisiológicas, biomecánicas, comportamentales y sociales
	<b>RA2</b>	Diseña supuestos prácticos sobre casos concretos en los que tiene en cuenta las implicaciones anatômicas, fisiológicas, biomecánicas, comportamentales y sociales de su intervención
	<b>RA3</b>	Adapta su actuación al estado bio-fisiológico y social del alumno o cliente
<b>CE14</b>	Identificar los riesgos para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas	
	<b>RA1</b>	Detecta las actividades físicas desaconsejadas para la salud de diferentes poblaciones o grupos especiales
	<b>RA2</b>	Elabora adaptaciones que respeten los principios de la actividad física saludable
<b>CE15</b>	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, en los diferentes ámbitos de la actividad física y deportiva	
	<b>RA1</b>	Analiza y relaciona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad
	<b>RA2</b>	Gestiona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad
<b>CE16</b>	Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas deportivos en sus diferentes niveles	
	<b>RA1</b>	Diseña y transmite procesos de enseñanza-aprendizaje deportivo
	<b>RA2</b>	Diseña y lleva a cabo procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes
	<b>RA3</b>	Comprende y distingue las reglas, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte.
	<b>RA4</b>	Adapta la práctica deportiva en función de las reglas, los materiales, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte en sus diferentes niveles
	<b>RA5</b>	Adapta la práctica deportiva en función de las características de las personas implicadas en la práctica del deporte en sus diferentes niveles
<b>CE17</b>	Aplicar los principios básicos del entrenamiento en las diferentes poblaciones	
	<b>RA1</b>	Comprende y distingue los principios del entrenamiento en la práctica del deporte en sus diferentes niveles y poblaciones
	<b>RA2</b>	Utiliza los principios del entrenamiento en la planificación, control y evaluación del entrenamiento deportivo en sus diferentes niveles y poblaciones
<b>CE18</b>	Desarrollar las capacidades físicas en las diferentes poblaciones	
	<b>RA1</b>	Conoce los fundamentos de las capacidades físicas condicionales y coordinativas y su relación con los sistemas orgánicos involucrados durante el ejercicio
	<b>RA2</b>	Diseña supuestos prácticos para el desarrollo de las capacidades físicas condicionales y coordinativas en



		función de las características de la población
	<b>RA3</b>	Diseña protocolos de evaluación de las capacidades físicas condicionales y coordinativas en función de las características de la población
<b>CE19</b>	Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud de los diferentes tipos de población	
	<b>RA1</b>	Elabora adaptaciones que respeten los principios de la actividad física saludable
	<b>RA2</b>	Comprende y distingue las adaptaciones necesarias en el desarrollo de actividad física en poblaciones o grupos especiales
	<b>RA3</b>	Diseña y prescribe protocolos de actividad física orientada hacia la salud
	<b>RA4</b>	Diseña protocolos de evaluación de actividad física orientada hacia la salud

## BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

### Contenidos – Bloques Temáticos

#### Observación y registro de información

#### Interpretación, reflexión y sistematización

## METODOLOGÍA DOCENTE

### Aspectos metodológicos generales de la asignatura

#### Metodología Presencial: Actividades

Las actividades a realizar en la asignatura de Prácticas I se distribuirán en:

- Actividades propias del desempeño profesional en centros externos
- Sesiones de supervisión de prácticas y tutorías individuales en la Universidad

Con respecto al primer grupo, las prácticas podrán ser desarrolladas en centros e instituciones con los que la Universidad tenga convenio, y podrán desarrollarse en distintos ámbitos: salud y calidad de vida, entrenamiento deportivo, docencia, recreación deportiva y gestión deportiva. El tiempo que el estudiante esté en el centro de prácticas desarrollará las tareas propias del graduado en ciencias de la actividad física y del deporte que le sean encomendadas/recomendadas por su tutor.

En cuanto a las actividades realizadas en la Universidad, a lo largo de sus prácticas el estudiante tendrá dos formas de supervisión o acompañamiento: grupal e individual.

1. El acompañamiento por "grupos de desarrollo profesional" será organizado por su supervisora en función de los Centros en que estén los alumnos del grupo. Se resolverán dudas y se compartirán experiencias para analizar



cuestiones importantes para tu aprendizaje.

2. El acompañamiento individual transcurrirá según el calendario que fije la supervisora y su objetivo es compartir las reflexiones del estudiante sobre sus experiencias y resolver cuestiones puntuales en torno a sus prácticas.
3. Asistir y participar en las sesiones de acompañamiento y supervisión -grupales e individuales- es obligatorio y tan importante como asistir al Centro de Prácticas.
4. Las reuniones con la supervisora de las Prácticas serán convocadas en los tiempos reservados en el horario oficial de cada curso.
5. El estudiante podrá consultar con su supervisora la forma de resolver cualquier duda o dificultad que le pueda surgir en el desarrollo de las prácticas.
6. Como ayuda para el seguimiento, deberá rellenar cada día de asistencia al Centro las hojas de "Registro de asistencia y actividades", que deberá firmar quincenalmente su tutor del centro de prácticas. La supervisora comprobará periódicamente esas hojas de registro en las entrevistas que mantenga con sus tutorandos.

## Metodología No presencial: Actividades

Cada día de asistencia al Centro el estudiante deberá cumplimentar las hojas de "Registro de asistencia y actividades", que deberá firmar quincenalmente el Tutor del centro externo. La supervisora comprobará periódicamente esa hoja de registro en las entrevistas que tenga con el estudiante.

El estudiante deberá describir y comentar el desarrollo de sus prácticas en el Foro habilitado para ello y participar en las temáticas propuestas en el Foro en el período que corresponda.

Como síntesis escrita de sus tareas y reflexiones sobre sus prácticas, el estudiante elaborará un portafolio de la asignatura.

### **Memoria de Prácticas I**

Es el material que el estudiante entregará a la Supervisora como resultado escrito de su experiencia en las Prácticas.

A continuación se presentan las directrices del contenido de los diferentes apartados de la memoria:

- Portada con tus datos de identificación: nombre, curso, asignatura, supervisor y tutor de centro externo.
- Las hojas de "Registro de asistencia y actividades" firmadas por tu tutor del centro de prácticas.
- Listado y cronograma de los tipos de actividades realizadas
- Diario de prácticas (en el que se desarrollará más ampliamente el apartado anterior, será un compendio de tus contribuciones al Foro contando tu experiencia en las prácticas)
- Informe de prácticas, en el que se tendrán en cuenta los siguientes ejes:

*El contexto y las relaciones entre distintos agentes* (describiendo el centro y el contexto sociocultural en el que se ubica, los documentos que regulan su funcionamiento, las relaciones que se establecen entre distintos agentes y cualquier otra información de interés obtenida a través de las entrevistas).

*Las competencias personales y profesionales presentes en el desempeño profesional realizado* (reflexión y valoración de los aspectos básicos de la función realizada y de las competencias profesionales y personales vinculadas a dicha función)

*En este informe se trata de realizar un análisis reflexivo de la experiencia vivida que refleje el impacto generado en la*



formación y visión de la profesión (no se trata de una descripción y valoración superficial y estereotipada). El apartado del informe de prácticas ocupará entre 4000 y 5000 palabras.

A medida que vas elaborando tu portafolio conviene que lo comentes con tu supervisora de prácticas en las entrevistas de seguimiento, tu supervisora utilizará su contenido para hacer el seguimiento de tus experiencias, para ayudarte a evaluar tus puntos fuertes y débiles y proponerte acciones de mejora.

Es posible que tengas que mostrar previamente el Portafolio a tu tutor del centro de prácticas antes de entregarlo a tu supervisora para su evaluación.

## RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES	
Prácticas en centros externos	Sesiones de supervisión de prácticas en la Universidad y tutorías individuales
150.00	22.50
HORAS NO PRESENCIALES	
Elaboración del Diario de Prácticas y Memoria de Prácticas	
7.50	
<b>CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)</b>	

## EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Informe realizado por el tutor externo sobre el desempeño del estudiante.	Valores profesionales y competencias profesionales e interpersonales del alumno	50
Compendio de actividades realizadas en la supervisión	Adecuación y nivel de implicación mostrado en la participación en el foro, la reflexión sobre las lecturas realizadas y otras actividades.	20
Realización de la memoria de prácticas.	Calidad del diario de prácticas y nivel de reflexión mostrado en la memoria de prácticas.	30

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

### Bibliografía Básica

Álvarez-Prada, J. M. (2010). Propuesta de una tarea para el logro de competencias en el área de Educación Física en Educación Primaria. *Autodidacta*, 1(5), 208-213.

Comino, J., & López-Ros, V. (2015). *Diseño de un instrumento de evaluación del equilibrio dinámico en educación física escolar. Resultados preliminares*. Paper presented at the 4º Congreso Internacional Multidisciplinar de Investigación



Educativa, Valencia.

Galé-Ansodi, C. (2017). "Asalto al castillo", un juego de rol y estrategia. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 69(418), 95-104.

Estrategias metodológicas para una educación física más activa. from [https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/UDA\\_EXPLICACION.pdf](https://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/Estrategia/docs/UDA_EXPLICACION.pdf)

Gómez-García, I., Castro, N., & Toledo, P. (2015). Las flipped classroom a través del smartphone: efectos de su experimentación en educación física secundaria. *Prisma Social*(15), 296-351.

Hernández, M., & Buscà, F. (2016). Cómo se previenen y resuelven los conflictos en una clase de educación física. Un estudio de caso basado en el modelo participativo. *Tándem* (51)

Hortigüela, D., Hernando, A., Casado, O. M., & Pérez-Pueyo, A. (2016). Elaboración de un vídeo tutorial grupal en inglés para el trabajo de los estiramientos. *Tándem*(54), 77-78.

Menéndez, J. I., & Fernández-Río, J. (2014). Innovación en educación física: el kickboxing como contenido educativo. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 117(3), 33-42

Monguillot, M., González, C., Zurita, C., Almirall, L., & Guitert, M. (2015). Play the Game: gamificación y hábitos saludables en educación física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 119(1), 71-79.

Orrego, V., & Sáenz-López, P. (2013). Una propuesta didáctica basada en la construcción de ambientes de aprendizaje. *Revista Digital Educación Física y Deportes*, 17(178).

Pérez-López, I., Rivera, E., & Trigueros, C. (2017). La profecía de los elegidos: un ejemplo de gamificación aplicado a la docencia universitaria. *Revista internacional de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 17(66), 243-260.

Piedra, J., García -Pérez, R., Latorre, A., & Quiñones, C. (2013). Género y educación física. Análisis de buenas prácticas coeducativas. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 17(1), 221-241.

Vera, J. A., & Moreno-Murcia, J. A. (2009). ¿Debemos ceder responsabilidad a los alumnos para que participen en la evaluación en educación física? *Tándem*, 29, 91-96

Villuendas, D., & Ruíz-Montero, P. J. (2017). Bádminton para corregir conductas disruptivas. *Tándem*(56), 59-64.

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos [que ha aceptado en su matrícula](#) entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)