



Guía Docente				
Datos Identificativos				2015/16
Asignatura (*)	Bases da educación física e deportiva	Código	620G01004	
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Primeiro	Formación básica	6
Idioma	FrancésGalegoInglés			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Vazquez Lazo, Juan Carlos	Correo electrónico	juan.lazo@udc.es	
Profesorado	Vazquez Lazo, Juan Carlos	Correo electrónico	juan.lazo@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>El deporte es una manifestación de la motricidad humana que ocupa un importante lugar dentro de la Educación Física. Para la población en general es una de las manifestaciones más fácilmente reconocible e identificable, que refleja un desarrollo específico de la capacidad de movimiento del ser humano. Pero, para que cualquier especialidad deportiva llegue realmente a unos niveles altos de dominio exige un proceso previo de construcción sólidamente asentado sobre las bases de la motricidad.</p> <p>La asignatura ?Bases de la Educación Física y Deportiva? introduce al alumno en el conocimiento y análisis de los elementos sobre los que se organiza la motricidad de las personas, tanto a lo largo de su etapa de educación obligatoria a través de la Educación Física, como en cualquier proceso de iniciación deportiva realizado en algún momento de su ciclo vital.</p> <p>Pretende dotar al alumno de la competencia para identificar los elementos fundamentales (capacidades y habilidades) sobre los que se construye la motricidad de cualquier deporte, caracterizado por unas estructuras formales y funcionales particulares. La intención final es que el alumno sepa adaptar las exigencias que plantea cualquier deporte para diseñar un buen proceso de iniciación según sean las características de los posibles alumnos con los que vaya a trabajar en el futuro, contribuyendo con ello a facilitar un desarrollo motor acorde con la etapa evolutiva en la que éstos se encuentren.</p> <p>Los contenidos abordados en esta asignatura van a tener continuidad directa en todas las materias de deportes que se imparten a lo largo del grado siendo, por lo tanto, una materia obligatoria que tendrá aplicaciones en múltiples campos.</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe	
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título



- Conocer los elementos estructurales de la motricidad humana.	A4 A16 A18 A31	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
- Conocer la evolucion de la motricidad humana a lo largo del ciclo vital (desarrollo motor).	A4 A7 A8 A14 A16 A18 A23	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8



- Conocer los elementos estructurales del deporte en general.	A25 A26 A29 A32 A33 A34	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
- Reconocer las exigencias motrices específicas de un deporte en particular.	A3 A16 A25 A26	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8



- Comprender los principios básicos del proceso de iniciación deportiva en los diferentes ambitos de intervencion (diferenciado del proceso de rendimiento/competición).	A26	B1	C1
	A27	B2	C2
	A32	B3	C3
	A33	B4	C4
	A34	B5	C5
		B6	C6
		B7	C7
		B8	C8
		B9	
		B10	
		B11	
		B12	
		B13	
		B14	
		B15	
		B16	
		B17	
		B18	
		B19	
		B20	
- Analizar la estructura del deporte.	A25	B1	C1
	A35	B2	C2
	A36	B3	C3
		B4	C4
		B5	C5
		B6	C6
		B7	C7
		B8	C8
		B9	
		B10	
		B11	
		B12	
		B13	
		B14	
		B15	
		B16	
		B17	
		B18	
		B19	
		B20	



Activar y crear estructuras aplicables al proceso de iniciación deportivo en cualquiera de sus ámbitos	A26	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
--	-----	---	--

Contidos	
Temas	Subtemas



## 1.- Conceptualización

- 1.1.Observaciones Acerca Del Deporte Y El Proceso De Iniciación
- 1.2.Algunas Preguntas Tópicas Que Surgen En Relación Al Tema
  - 1.2.1.¿A qué edad comenzar un deporte?
  - 1.2.2.¿Cómo iniciarlos en la práctica deportiva?
  - 1.2.3.Cada niño/a ¿Es un campeón en potencia?
  - 1.2.4.¿Es necesario el dominio previo de la técnica deportiva?
  - 1.2.5.El éxito deportivo ¿Es consecuencia de la pirámide de practicantes?
  - 1.2.6.¿Es preciso iniciarse a edades tempranas?
  - 1.2.7.Los aprendizajes iniciales defectuosos ¿Conducen a vicios incorregibles?
  - 1.2.8.La práctica deportiva ¿Es educativa y saludable por sí misma?
  - 1.2.9.¿Cómo elegir un deporte?
  - 1.2.10.¿Cuál es la importancia de la actividad física en el desarrollo del niño?
  - 1.2.11.¿Cuál es el papel de los padres?
- 1.3.Etapas Del Deporte
  - 1.3.1.Etapa formativa
  - 1.3.2.Alto rendimiento
  - 1.3.3.Nivel profesional
- 1.4. Otras Preguntas Relacionadas Con La Composición Corporal: Talla, Peso, Porcentaje Graso, Hueso Y Músculo, En Relación Al Proceso De Iniciación (Edades Tempranas)
  - 1.4.1.¿Cómo crece un niño?
  - 1.4.2.¿El ejercicio físico influye sobre el "estirón" del adolescente; es decir, sobre su maduración somática (PHV)?
  - 1.4.3.¿Crece más el niño que hace deporte?
  - 1.4.4.¿Cómo puede dejar de crecer un niño que practica un deporte?
  - 1.4.5.¿Es más delgado el niño que hace deporte?
  - 1.4.6.¿Cómo madura el hueso de un niño?
  - 1.4.7.El ejercicio físico influye sobre la maduración osea de un niño?
  - 1.4.8.¿El músculo de un niño/adolescente que entrena regularmente se adapta igual que el de un adulto?
  - 1.4.9.¿Se puede modificar el tipo de músculo en un niño que sigue un entrenamiento específico (aeróbico, velocidad)?
- 1.5.Madurez Biológica Y Rendimiento Físico
  - 1.5.1.¿Cómo se valora la maduración sexual de un niño?
  - 1.5.2.¿El ejercicio físico influye sobre la Maduración Sexual?
  - 1.5.3.¿Un niño con una madurez adelantada tiene ventaja cuando compete con otro niño que presenta una madurez retrasada?
  - 1.5.4.¿Esta ventaja "biológica" es igual para los niños y para las niñas?
  - 1.5.5.¿Cómo se desarrolla la fuerza máxima en el niño?
  - 1.5.6.¿Cómo se desarrolla la potencia aeróbica máxima (VO2max) en el niño?
  - 1.5.7.Siguiendo con el trabajo aeróbico, ¿cómo se desarrolla el umbral anaeróbico en el niño?
  - 1.5.8.¿Cómo se desarrolla la capacidad de trabajo anaeróbico en el niño?
- 1.6.El Niño Y El Deporte De Competición
  - 1.6.1.¿Dónde está la frontera entre el ejercicio físico saludable y el ejercicio físico perjudicial para la salud?
  - 1.6.2.¿Es aconsejable que un niño o un adolescente entrene la fuerza?



1.6.3. ¿En estas edades el entrenamiento de fuerza también puede ayudar a prevenir diferentes enfermedades?

1.7. Aspectos A Tener En Cuenta Sobre La Iniciación Deportiva

En Los Niños:

1.7.1. El niño no es la miniatura de un adulto

1.7.2. Qué adultos se hacen cargo del proceso de iniciación deportiva

1.7.3. Deporte como ?herramienta formativa? en las edades tempranas

1.7.4. Conclusion

1.8. La Iniciación Deportiva

1.9. El Juego

1.10. El Deporte

1.10.1. La realidad del deporte

1.10.1.1. Etimologías

1.10.1.1.1. Sobre el término sport

1.10.1.1.2. Sobre el término deporte

1.10.1.2. Concepto de deporte

1.10.1.2.1. Definición de deporte

1.10.1.2.2. Contribución a la definición de deporte

1.10.1.3. Análisis y dimensiones del deporte

1.10.1.4. Modelos y subsistemas del deporte

1.10.1.5. Perspectivas del deporte

1.10.1.5.1. Perspectiva funcionalista

1.10.1.5.2. Perspectiva marxista

1.10.1.5.3. Perspectiva estructuralista

1.10.1.5.4. Perspectiva figurativa

1.10.1.5.5. Interaccionismo simbólico



2.- Individuo y motricidad	2.1. Esquema corporal 2.1.1. Ejes 2.1.2. Planos 2.2. Evolución motriz 2.2.1. habilidades 2.2.1.1 Rudimentarias 2.2.1.2. Básicas 2.2.1.3. Específicas 2.2.2. Automatismos 2.2.3. Destrezas
4.- Proceso de iniciación deportivo	4.1.La Iniciación 4.1.1.Elementos sobre los que hay que actuar para que la acción sea educativa 4.1.2.Características a desarrollar 4.1.3.Contenidos 4.2.El Desarrollo 4.2.1.Contenidos 4.3.El Perfeccionamiento 4.3.1.Objetivos principales 4.3.2.Características 4.3.3.Contenidos 4.4.Riesgos De La Excesiva Práctica Deportiva 4.4.1.Trastornos óseos y musculares 4.4.2.Trastornos clínicos 4.4.3.Trastornos psicológicos 4.4.4.Efectos del sobreentrenamiento



<p>3.- Evolución y desarrollo de la motricidad por medio del deporte. Tratamiento didáctico del deporte en el proceso de iniciación.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>3.1.Introducción</li><li>3.2.Aspectos Cognitivos Del Deporte</li><li>3.3.Comprensión Y Toma De Decisiones</li><li>3.4.Aprendizaje Motor De Los Juegos Deportivos</li><li>3.5.Los Juegos Modificados</li><li>3.6.Modelos De Enseñanza De Los Juegos Deportivos<ul style="list-style-type: none"><li>3.6.1.Modelos verticales (Horst Wein. 1993. En España Usero y Rubio. 1993)</li><li>3.6.2.Modelos horizontales</li></ul></li><li>3.7.El deporte en el ámbito escolar</li><li>3.8.Deporte escolar para todos o la presión de ganar un partido</li><li>3.9.Características básicas del deporte en el ámbito escolar<ul style="list-style-type: none"><li>3.9.1.Introducción</li><li>3.9.2.Orientaciones del deporte</li><li>3.9.3.Características básicas del deporte en el ámbito deportivo</li><li>3.9.4.Conclusiones</li></ul></li><li>3.10. ¿Qué se hace en una escuela deportiva? ¿Puede uno divertirse y aprender a la vez?<ul style="list-style-type: none"><li>3.10.1.Introducción</li><li>3.10.2.¿Qué finalidad persigue nuestra escuela deportiva?</li><li>3.10.3.¿Qué elementos configuran la metodología?</li><li>3.10.4.Factores que condicionan la programación y, por tanto, las intervenciones didácticas</li><li>3.10.5.¿Qué modelo de enseñanza podemos emplear en nuestras sesiones?</li><li>3.10.6.Características de los diferentes elementos metodológicos relacionados con el deporte</li><li>3.10.7.Aspectos positivos de las diferentes metodologías</li><li>3.10.8.La organización como recurso metodológico y su relación con la seguridad</li><li>3.10.9.Recomendaciones para padres y técnicos</li><li>3.11. La educación en valores y el deporte federativo a nivel infantil</li></ul></li></ul>
<p>5.- Desarrollo y puesta en practica del proceso de iniciación: Objetivos</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>5.1.- Planteamientos metodológicos<ul style="list-style-type: none"><li>5.1.1.- Los métodos tradicionales</li><li>5.1.2.- Los métodos activos</li><li>5.1.3.- Principios esenciales en la enseñanza de los deportes en los métodos activos</li></ul></li><li>5.2.- Premisas didácticas para la enseñanza de los deportes<ul style="list-style-type: none"><li>5.2.1.El método utilizado tiene que comprometer al alumno para realizar una actividad práctica</li><li>5.2.2.El tiempo asignado a la tarea deberá ser suficiente para que el alumno la aprenda</li><li>5.2.3.La presentación de los ejercicios debe estar acorde con su complejidad</li><li>5.2.4.Las diferentes formas de conocimiento de resultados deberán emplearse con asiduidad y profundidad</li></ul></li><li>5.3.Criterios Para La Elaboración De Un Programa De Iniciación Deportiva</li><li>5.4.Principales Diferencias Entre Enfoques De Iniciación</li><li>5.5.Los Modelos Alternativos De Enseñanza En La Iniciación Deportiva<ul style="list-style-type: none"><li>5.5.1.Introducción</li><li>5.5.2.Clasificaciones de los modelos de iniciación deportiva</li></ul></li></ul>



6.-Situación de la materia en el marco global de la educación y en el particular de la educación física (ámbito básico)

6.1.Introducción

6.2.Los Objetivos Del Área De Educación Física

6.2.1.Objetivos generales

6.3.Los Contenidos De La Educación Física

6.3.1.El cuerpo: imagen y percepción

6.3.2.El cuerpo: habilidades y destrezas

6.3.3.El cuerpo: expresión y comunicación

6.3.4.Salud corporal

6.3.5.Los juegos

6.4.Criterios De Evaluación



7.- Aspectos a tener en cuenta en el proceso de iniciación deportiva

- 7.1.Introducción
- 7.2.Características, Maduración Y Desarrollo Del Individuo Que Aprende.
- 7.3.Estructura De La Actividad A Enseñar
  - 7.3.1.La técnica o modelos de ejecución
  - 7.3.2.El reglamento de juego
  - 7.3.3.El espacio de juego
  - 7.3.4.El espacio/tiempo deportivo
  - 7.3.5.La comunicación motriz
  - 7.3.6.La estrategia motriz
- 7.4.Conocer Y Comprender Un Deporte
- 7.5.Diferentes Formas De Clasificación De Los Deportes
  - 7.5.1.Clasificación en función de la tarea motriz (Castejón. 1995)
  - 7.5.2.Clasificación en función de la relación entre el deportista y el móvil (Fitts. 1986)
  - 7.5.3.Clasificación en función de la experiencia vivida (Bouet. 1968)
  - 7.5.4.Clasificación en función del objetivo (Dudley. 1986)
  - 7.5.5.Clasificación en función a la habilidad requerida (Mauldon y Redfern. 1990)
  - 7.5.6.Clasificaciones en función del espacio (Ellis. 1990 y Thorpe, Bunker y Almond. 1990)
  - 7.5.7.Clasificación en función de la orientación pedagógica (Durand, G. 1969)
  - 7.5.8.Clasificación en función del tipo de esfuerzo requerido (L.P. Matveyev. 1983)
  - 7.5.9.Clasificación en función de la información recibida y de la decisión a tomar (Marteniuk. 1976)
  - 7.5.10.Clasificación en función del grado de dificultad de ejecución (Fitts, P.M. 1965)
  - 7.5.11.Clasificación en función del tipo de ejercicios que se desarrollan de cara a la competición (Matveiev, L. 1976)
  - 7.5.12.Clasificación en función de la continuidad o aumento de la complejidad estructural de la tarea deportiva (Kanap, B. 1979)
  - 7.5.13.Clasificación en función de la mayor o menor complejidad de la actividad y del dominio corporal necesario (Tessie, J. 1971)
  - 7.5.14.Clasificación en función de la formación (Read, B. y Devís, J. 1990)
  - 7.5.15.Clasificación bajo un criterio general (Manno, R. 1991)
  - 7.5.16.Clasificación desde una perspectiva fisiológica (Dal Monte 1977)
  - 7.5.17.Nuevas tendencias de clasificación
- 7.6.Deportes Individuales, De Adversario Y Colectivos: Clasificación
  - 7.6.1.Clasificación de los deportes individuales según Enric María Sebastiani i Obrador (1995)
  - 7.6.2.Clasificación de los deportes de adversario según M. Blázquez (1997)
  - 7.6.3.Clasificación de los deportes de equipo según D. Blázquez y J. Hernández-Moreno (1984)
- 7.7.Secuenciación En El Aprendizaje
  - 7.7.1.FASE 1: Desarrollo de las habilidades perceptivas a través de las tareas motrices habituales
  - 7.7.2.FASE 2: Desarrollo de las habilidades y destrezas básicas



7.7.3.FASE 3: Iniciación a las tareas motrices específicas

7.7.4.FASE IV: Desarrollo de las tareas motrices específicas y desarrollo de la condición general



8.- La contribución educativa al proceso de iniciación	<p>8.1.Introducción</p> <p>8.2.Otros Aspectos A Desarrollar Además Del Perceptivo Y Motor</p> <p>8.2.1.Actitudes</p> <p>8.2.2.Valores</p> <p>8.2.3.Normas</p> <p>8.3.Orientaciones En La Práctica</p> <p>8.3.1.Desarrollo de actitudes</p> <p>8.3.2.Desarrollo de valores</p> <p>8.3.3.Desarrollo de normas</p> <p>8.4.Deporte Y Calidad De Vida</p> <p>8.4.1.Educación para el ocio y el tiempo libre</p> <p>8.5.Las Actividades Deportivas Extraescolares</p> <p>8.5.1.La evaluación del programa</p> <p>8.6.¿Es el deporte un contenido formativo en el ámbito escolar?</p> <p>8.6.1.Introducción</p> <p>8.6.2.El deporte como contenido formativo</p> <p>8.6.3.Qué no puede hacer</p> <p>8.6.4.Quién determina el deporte</p> <p>8.6.5.Cómo se hace</p> <p>8.6.6.Qué deportes, unos sí y otros no</p> <p>8.6.7.El deporte en el proceso de enseñanza aprendizaje</p> <p>8.6.8.Reglas y conocimiento previo</p> <p>8.6.9.Táctica y técnica deportiva. el movimiento inteligente</p> <p>8.6.10.Los deportes modificados como base para la enseñanza y el aprendizaje deportivo</p>
--	--

Planificación				
Metodologías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciales e virtuais)	Horas trabajo autónomo	Horas totais
Mapa conceptual	A33 A32 A31 A29 A27 A26 A25 A23 A18 A16 A14 A8 A7 A4 A3 B1 B2 B15 B16 B19 B20 C1 C4 C7 C8	3	6	9
Sesión maxistral	A3 A14 A16 A18 A23 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B12 B13 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C4 C5 C6 C7 C8	22	37	59
Proba mixta	A4 A7 A8 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B5 B6 B11 B12 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C2 C3 C4 C7 C8	3	6	9



Estudo de casos	A31 B1 B2 B3 B4 B7 B8 B9 B10 B11 B13 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8	14	56	70
Atención personalizada		3	0	3
*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado				

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Mapa conceptual	El alumno deberá de presentar de forma particular un mapa conceptual al final del cuatrimestre que resuma o la totalidad de los contenidos presentados durante el semestre, o bien esquematizar uno de los temas específicos que se desarrollen durante el mismo.
Sesión maxistral	Se impartirá por parte del profesor de la signatura de forma teórica y con el objetivo doble de exposición y orientación sobre los contenidos de la asignatura.
Proba mixta	Se realizara en la fecha determinada por departamento y constara de dos partes diferenciadas: una de rendimiento teórico y la otra de la resolución de un caso practico.
Estudo de casos	Constará por la entrega de los 14 casos prácticos que se desarrollarán durante el cuatrimestre y que se entregarán en fechas a determinar . Es obligatoria su presentación para poder optar a lña media final.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Mapa conceptual Estudo de casos	El alumno deberá de pasar para determinar el contenido del mapa conceptual (general o específico de un tema), así como todas aquellas veces que considere necesario para orientar las estructuras y ubicaciones de los contenidos esquematizados. De igual manera el alumno podrá acceder a debatir, sugerir, intercambiar cualquier aportación o duda que se le plantee en el transcurso del desarrollo del curso académico; ya sea previa cita o en los horarios estipulados para dicha finalidad. Asimismo los grupos de trabajo deberán de pasar periódicamente para revisar la evolución de sus revisiones y contenidos y obtener el visto bueno para continuar con lña elaboración del mismo.

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Proba mixta	A4 A7 A8 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B5 B6 B11 B12 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C2 C3 C4 C7 C8	Constará de dos partes: 1º preguntas de carácter teórico - valor 30% 2º resolución de un caso práctico - valor 40% Habrá de ser superado con el 50% de la nota para poder optar a media entre ellas y cada una del resto de las metodoloxías de la evaluación.	70
Mapa conceptual	A33 A32 A31 A29 A27 A26 A25 A23 A18 A16 A14 A8 A7 A4 A3 B1 B2 B15 B16 B19 B20 C1 C4 C7 C8	Se presentará el mismo día de celebración de la prueba mixta. No es obligatoria su presentación para optar a media.	10
Estudo de casos	A31 B1 B2 B3 B4 B7 B8 B9 B10 B11 B13 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8	Constará por la entrega de los 14 casos prácticos que se desarrollarán durante el cuatrimestre y que se entregarán en fechas a determinar . Es obligatoria su presentación para poder optar a lña media final.	20



## Observacións avaliación

## Fontes de información

### Bibliografía básica

- Hernández Moreno (1994). Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona. INDE
- Vázquez Lazo, J.C. (1988). Análisis estructural del hockey. A Coruña. CTP-UDC
- Moreno, J.A. y Rodríguez, P.L. (1996). Aprendizaje deportivo. Murcia. UDMurcia
- Vázquez Lazo, J.C. (1998). Evolución y características del análisis funcional sociomotriz en relación al rugby. A Coruña. CTP-UDC
- Castejón, J. (1995). Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas. Madrid. Dyckinson
- Vázquez Lazo, J.C. (2004). Iniciación al rugby. Madrid. Gymnos
- Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Madrid. Paidotribo
- Blázquez, D. (1999). La Iniciación Deportiva y el Deporte escolar. Barcelona. INDE

### Bibliografía complementaria

## Recomendacións

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

**Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

**Materias que continúan o temario**

## Observacións

Esta asignatura se relaciona de forma directa con todas aquellas asignaturas vinculadas al proceso de iniciación deportiva. Asimismo presenta una base sólida para la progresión y establecimiento en relación a los diferentes ámbitos de trabajo, ya sea iniciación específico o entrenamiento-competición.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías