



Guía Docente				
Datos Identificativos				2016/17
Asignatura (*)	Biomecánica do movemento humano		Código	620G01014
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Segundo	Formación básica	6
Idioma	CastelánGalegoInglés			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación		Correo electrónico		
Profesorado	Barral Lavandeira, Jose R.	Correo electrónico	j.r.barral@udc.es	
Web				
Descrición xeral	Consiste no estudo do corpo humano e as súas actividades desde a óptica da mecánica, tras repasar os conceptos básicos de mecánica newtoniana aplícanse ao estudo dos tecidos biolóxicos e dos patróns básicos de movemento			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título
A1	Comprender os beneficios do deporte como experiencia de lecer para ser capaz de incluír os indicadores fundamentais na planificación e atender os mesmos no desenvolvemento da práctica de lecer, considerando o xénero, a idade e a discapacidade, e analizando con enfoque crítico as estratexias de discriminación positiva.
A2	Comprender os procesos históricos das actividades físico-deportivas e a súa influencia na sociedade contemporánea, estudando o caso de España e Galicia, e a presenza diferenciada dos homes e das mulleres.
A13	Identificar as principais tarefas do profesor de educación física dentro e fóra da aula, resaltando as que fan referencia á súa labor tutorial, orientadora e departamental.
A14	Deseñar, planificar, avaliar técnico-cientificamente e desenvolver programas de exercicios orientados á prevención, a reeducación, a recuperación e readaptación funcional nos diferentes ámbitos de intervención: educativo, deportivo e de calidade de vida, considerando, cando fose necesario as diferenzas por idade, xénero, ou discapacidade.
A16	Deseñar, programar e desenvolver actividades esenciais da motricidade humana: o xogo, a danza e a expresión corporal, o exercicio e as actividades no medio natural, no ámbito educativo, recreativo e da actividade física e saúde, promovendo a igualdade de dereitos e oportunidades e evitando a exclusión en función do xénero e a discapacidade.
A17	Programar e desenvolver actividades físico-deportivas no medio natural, no contexto educativo e recreativo, favorecendo a participación á que todos teñen dereito e evitando a invisibilidade por razóns de xénero ou discapacidade.
A18	Deseñar e aplicar métodos adecuados para o desenvolvemento e a avaliación técnico-científica das habilidades motrices básicas nas diferentes etapas evolutivas do ser humano, considerando o xénero.
A19	Planificar, desenvolver, controlar e avaliar técnica e cientificamente o proceso de adestramento deportivo nos seus distintos niveis e nas diferentes etapas da vida deportiva, de equipos con miras á competición, tendo en conta as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero na actuación do adestrador e nos deportistas.
A21	Deseñar, planificar e realizar actividades físicas e deportivas en lugares ou espazos que implican un risco intrínseco: no medio acuático, na neve ou outros do medio natural ou con animais.
A22	Comprender os fundamentos neurofisiolóxicos e neuropsicolóxicos subxacentes ao control do movemento e, de ser o caso, ás diferenzas por xénero. Ser capaz de realizar a aplicación avanzada do control motor na actividade física e o deporte.
A27	Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.
A29	Identificar os riscos para a saúde que se derivan da práctica de actividade física insuficiente e inadecuada en calquera colectivo ou grupo social.
A33	Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva no contexto educativo, deportivo, recreativo e da actividade física e saúde.



A35	Coñecer e saber aplicar o método científico nos diferentes ámbitos da actividade física e o deporte, así como saber deseñar e executar as técnicas de investigación precisas, e a elección e aplicación dos estatísticos adecuados.
A36	Coñecer e saber aplicar as novas tecnoloxías da información e a imaxe, tanto nas ciencias da actividade física e do deporte, como no exercicio profesional.
B1	Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.
B2	Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.
B3	Traballar nos diferentes contextos da actividade física e o deporte, de forma autónoma e con iniciativa, aplicando o pensamento crítico, lóxico e creativo.
B9	Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.
B10	Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B11	Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.
B13	Coñecer e aplicar metodoloxías de investigación que faciliten a análise, a reflexión e cambio da súa práctica profesional, posibilitando a súa formación permanente.
B20	Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.
C6	Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

## Resultados da aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
	A	B	C
Coñecer o concepto actual de Biomecánica, orixe do termo, obxecto de estudo e os seus ámbitos aplicación. Coñecer os principais feitos históricos da biomecánica así como os seus precursores. Interpretar correctamente o seu ámbito de estudo e a súa relación interdisciplinar con outras ciencias do deporte, e a súa relación con ciencias afíns.	A2 A35 A36	B2	C6 C8
Coñecer, comprender e aplicar os coñecementos da cinemática e a cinética do movemento humano. Así como manexar e explicar con precisión a terminoloxía mecánica.	A27 A36	B2 B11 B20	C6
Comprender a influencia do medio no movemento humano e aplicar este coñecemento na optimización do movemento na terra na auga e no aire.	A17 A21 A27 A33	B2 B3	C7
Coñecer as leis básicas do comportamento mecánico dos materiais e aplicalas aos tecidos biolóxicos comprendendo a súa influencia no movemento e o seu as causas do seu fracaso estrutural	A14 A27 A29 A33 A36	B1 B2	C7
Adquirir coñecementos básicos de ergonómia e aplicala ao ámbito da educación física e deporte. Coñecer os aspectos biomecánicos básicos de bipedestación, locomoción e habilidades motrices básicas	A1 A13 A14 A16 A18 A22 A33	B2 B11	C6



Coñecer os métodos e ferramentas de investigación en Biomecánica. Ser capaz de analizar e interpretar gráficos e ilustracións das análises biomecánicas. Comprender as fontes bibliográficas básicas, manexar a terminoloxía científica específica da biomecánica e ser capaz de autoformarse neste ámbito	A18	B1	C3
	A19	B2	C6
	A27	B9	C8
	A35	B10	
	A36	B11	
		B13	
	B20		

Contidos	
Temas	Subtemas
1.-Biomecánica	1.1.-Conceptualización. 1.2.-Evolución histórica, desenvolvemento e situación actual 1.3.-Relación con ciencias afíns e novas tendencias
2.-Mecánica aplicada ao movemento humano	2.1.-Introdución á mecánica 2.2.-Descrición do movemento: Cinemática aplicada ao movemento humano 2.3.-A causa do movemento: Dinámica aplicada ao movemento humano 2.4.-O equilibrio: Estática. Equilibrio en diferentes medios e situacións 2.5.-Enerxética do movemento: Traballo, potencia , enerxía e eficiencia do movemento 2.6.-O medio. Movemento sobre a terra, a a auga e no aire
3.-Biomecánica estrutural	3.1.-Reoloxía. Comportamento mecánico dos materiais 3.2.-Biomecánica do tecido óseo 3.3.-Biomecánica articular. Comportamento mecánico do cartilago 3.4.-Comportamento mecánico de tendónes e ligamentos 3.5.-Biomecánica muscular
4.-Biomecánica das habilidades básicas	4.1.-O home como sistema biomecánico 4.2.-Biomecánica da postura. Bipedestación. Sedestación 4.3.-Conceptos básicos de ergonómia. Características ergonómicas do posto escolar. Ergonomía aplicada aos exercicios físicos 4.4.-Biomecánica da marcha 4.5.-Biomecánica da carreira 4.6.-Biomecánica dos saltos 4.7.-Biomecánica dos lanzamentos 4.8.-Biomecánica dos golpes
5.-Metodos e ferramentas de investigación en Biomecánica	5.1.-Metodos de análise cinemático. Metodos directos e indirectos 5.2.-Metodos de análise cinético. Dinámica inversa 5.3.-Electromiografía

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Actividades iniciais	A13 C7	1.5	0	1.5
Sesión maxistral	A2 A1 A16 A22 A27 A29 A33 A35 A36 B1 B13 B20 C6 C8	21	42	63
Proba mixta	B2	2	0	2
Estudo de casos	A14 B3	10	11	21
Traballos tutelados	A19 A21 B10	5	40	45
Lecturas	A17 A18 B9 B11	4	3	7



Análise de fontes documentais	C3	7.5	0	7.5
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
Actividades iniciais	Realizarase unha enquisa para coñecer o nivel de coñecemento previo da materia e das súas fontes directas ( anatomía, fisioloxía, física e matemáticas ) e indirectas ( informática, técnicas de imaxe... ). Realizarase a contextualización da biomecánica.
Sesión maxistral	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe.
Proba mixta	Proba mixta que consta dunha proba obxectiva, na que se expón un número de preguntas entre 50 e 70 de tipo: -Probas de elección múltiple, nas que o alumno deberá escoller a resposta correcta entre cinco posibles opcións. Achega o 70% da nota obtida na proba mixta.  -Os diferentes traballos prácticos realizados ao longo do curso achegan o 30% da nota obtida na proba mixta.
Estudo de casos	Os alumnos enfróntanse á descrición dunha situación específica que suscita un problema que ten que ser comprendido, valorado e resolto por un grupo de persoas, a través dun proceso de discusión. Os alumnos enfrontaranse aínda caso concreto dun problema de movemento humano e deben ser capaces de analizar unha serie de aspectos biomecánicos, para chegar a unha solución a través dun proceso de discusión en pequenos grupos de traballo.
Traballos tutelados	Realizarán un traballo continuo sobre unha folla de cálculo en que se irán desenvolvendo supostos dos temas de mecánica aplicada ao movemento humano, resolvéndose con simulación diversos problemas expostos nas sesións de clase. Estes traballos realizaranse de forma individual ou en grupos de ata tres alumnos
Lecturas	Lectura de artigos ou capítulos de libros seleccionado para a profundización dalgúns temas
Análise de fontes documentais	Utilización de documentos audiovisuais, páxinas web e documentos bibliográficos relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Traballos tutelados Análise de fontes documentais	Realizarán un traballo continuo sobre unha folla de cálculo en que se irán desenvolvendo supostos dos temas de mecánica aplicada ao movemento humano, resolvéndose con simulación diversos problemas expostos nas sesións maxistras. Estes traballos realizaranse de forma individual. Os alumnos realizarán a profundización dalgún tema estudando fontes documentais ( artigos, documentos audiovisuais, páxinas web...) a fin de complementar a información achegada na sesión maxistral. Os traballos estarán tutelados polo profesor nas sesións prácticas e durante as tutorías, así como por correo electrónico. Os alumnos con matrícula parcial terán atención do profesos a aula, no despacho nos horarios de tutorías e a través do correo electrónico e moodle onde poderán acceder á documentación exposta na aula e aos traballos prácticos

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación



Proba mixta	B2	Proba mixta que consta dunha proba obxectiva, na que se expón un número de preguntas entre 50 e 70 de tipo: -Probas de elección múltiple, nas que o alumno deberá escoller a resposta correcta entre cinco posibles opcións. Achega o 70% da nota obtida na proba mixta.  Puntuación = $(A - E/n-1) \times 10/N$  sendo Ao número de respostas acertadas, E o número de respostas erróneas, n o número de opcións de resposta en cada pregunta e N o número total de preguntas	70
Traballos tutelados	A19 A21 B10	Realizarán un traballo continuo sobre unha folla de cálculo en que se irán desenvolvendo supostos dos temas de mecánica aplicada ao movemento humano, resolvéndose con simulación diversos problemas plantados nas sesións de clase. Estes traballos realizaranse de forma individual ou en grupos de ata tres alumnos	20
Análise de fontes documentais	C3	Utilización de documentos audiovisuais, páxinas web e documentos bibliográficos relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos.	10

### Observacións avaliación

O modelo de avaliación será o mesmo en segunda oportunidade ou en avaliacións posteriores que na primeira oportunidade.  
As cualificacións das partes da avaliación superadas na primeira oportunidade manteranse na segunda oportunidade.  
Os traballos tutelados e análises de documentais superados en calquera avaliación manteranse de maneira indefinida.  
Os alumnos de matrícula a tempo parcial terán o mesmo modelo de avaliación e coas mesmas características que o resto dos alumnos salvo nos casos que polas súas especiais circunstancias sexa precisa algunha modificación.  
Os traballos da materia poderán presentarse en galego ou en castelán.  
A proba mixta de maneira xeral exporase en castelán, existindo a posibilidade de ser realizada en galego para aqueles alumnos que o soliciten por escrito polo menos 5 días antes da data de avaliación.

### Fontes de información

<b>Bibliografía básica</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- (). .</li><li>- NORDIN M. Y FRANKEL V.H (2001). Basic Biomechanics of the Musculoskeletal . Lippincott Williams&amp;Wilkins. New York</li><li>- SANZ ARRAURI E. PONCE DE LEON ELIZONDO A (2005). Biomecánica de la Actividad Física y el Deporte: Problemas Resueltos. Servicio de Publicaciones de la Universidad de la Rioja. Logroño</li><li>- ANTHONY BLAZEVICH (2007). Biomecánica Deportiva, Manual para la Mejora del Rendimiento Humano. Paidotribo. Barcelona</li><li>- GUTIERREZ DAVILA M (1998). Biomecánica Deportiva. Bases para el Análisis. . Ed. Síntesis. Madrid</li><li>- AGUADO JODAR X.,IZQUIERDO R. M, GONZÁLEZ M J.L (1997). Biomecánica fuera y dentro del Laboratorio. Servicio Publicaciones Universidad de León.León</li><li>- AGUADO JODAR X (1993). Eficacia y Técnica Deportiva. Análisis del Movimiento Humano. INDE. Barcelona</li><li>- P.GRIMSHAW &amp; A. BURDEN (2007). Instant Notes in Sports and Exercise Biomechanics. Taylor &amp; Francis. Abingdon. U.K.</li><li>- VIEL, E (2002). La marcha humana, la carrera y el salto. Ed. Masson. Barcelona.</li><li>- ARTEAGA ORTIZ R. VICTORIA D.J (2001). Problemas de Biomecánica para Estudiantes de Educación Física. . Servicio de Publicaciones y Producción Documental Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Las Pal</li></ul>
----------------------------	--



<b>Bibliografía complementaria</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- LLANOS ALCÁZAR, F (1988). Biomecánica del aparato locomotor. Editorial de la Universidad Complutense. Madrid</li><li>- VERA, P.; HOYOS, JV.; NIETO, J (1985). Biomecánica del Aparato Locomotor (2 vol.). Ed. IBV, Valencia</li><li>- IZQUIERDO M. (2008). Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte. Panamericana. Madrid</li><li>- JIM RICHARDS (2008). Biomechanics in Clinic and Research. Churchill Livinstone. China</li><li>- CROMER A. H (1986). Física para las Ciencias de la Vida. Ed. Reverter. Barcelona</li><li>- ALEXANDER R. M (1992). The Human Machine. Natural History Museum Publications. London</li></ul>
------------------------------------	---

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Aprendizaxe e control motor/620G01012

Fisioloxía do exercicio I/620G01013

### Materias que continúan o temario

Anatomía e cinesiología do movemento humano/620G01002

Bases da educación física e deportiva/620G01004

### Observacións

(\*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