



| Guía Docente | | | | |
|-----------------------|---|--------------------|-------------------|-----------|
| Datos Identificativos | | | | 2018/19 |
| 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 | CastelánGalego | | | |
| Modalidade docente | Presencial | | | |
| Prerrequisitos | | | | |
| Departamento | Educación Física e Deportiva | | | |
| Coordinación | Barral Lavandeira, Jose R. | Correo electrónico | j.r.barral@udc.es | |
| 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 |
| 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. |
| 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. |
| 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. |
| 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 | | |
| 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. | 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. | A27 | 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 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 | A14 A18 A22 | 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 A19 A27 A35 A36 | B1 B2 B9 B10 B11 B13 B20 | C3 C6 C8 |

| 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 | <p>3.1.-Reoloxía. Comportamento mecánico dos materiais</p> <p>3.2.-Biomecánica do tecido óseo</p> <p>3.3.-Biomecánica articular. Comportamento mecánico do cartilago</p> <p>3.4.-Comportamento mecánico de tendóns e ligamentos</p> <p>3.5.-Biomecánica muscular</p> |
| 4.-Biomecánica das habilidades básicas | <p>4.1.-O home como sistema biomecánico</p> <p>4.2.-Biomecánica da postura. Bipedestación. Sedestación</p> <p>4.3.-Conceptos básicos de ergonomía. Características ergonómicas do posto escolar. Ergonomía aplicada aos exercicios físicos</p> <p>4.4.-Biomecánica da marcha</p> <p>4.5.-Biomecánica da carreira</p> <p>4.6.-Biomecánica dos saltos</p> <p>4.7.-Biomecánica dos lanzamentos</p> <p>4.8.-Biomecánica dos golpes</p> |
| 5.-Metodos e ferramentas de investigación en Biomecánica | <p>5.1.-Metodos de análise cinemático. Metodos directos e indirectos</p> <p>5.2.-Metodos de análise cinético. Dinámica inversa</p> <p>5.3.-Electromiografía</p> |

| Planificación | | | | |
|-------------------------------|-------------------------------------|---|-------------------------|--------------|
| Metodoloxías / probas | Competencias / Resultados | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas traballo autónomo | Horas totais |
| Actividades iniciais | C7 | 1.5 | 0 | 1.5 |
| Sesión maxistral | A22 A27 A29 A36 B1 B13 B20 C6 C8 | 21 | 42 | 63 |
| Proba mixta | B2 | 2 | 0 | 2 |
| Estudo de casos | A14 B3 | 10 | 11 | 21 |
| Traballo tutelados | A19 A35 B10 | 5 | 40 | 45 |
| Lecturas | 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 | Realízase 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...). Realízase 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: <ul style="list-style-type: none"> -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 folia 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 folia de cálculo en que se irán desenvolvendo supostos dos temas de mecánica aplicada ao movemento humano, resolvéndose con simulación diversos problemas expostos nas sesións maxistrais. 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 A o 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 A35 B10 | Os alumnos farán de 5 a 7 traballos durante o cuatrimestre nos que resolverán problemas nos que aplicarán a practica os contidos teóricos expicados na aula. 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



A asistencia o aula non e levada en conta na 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

Bibliografía básica

- (). .
- NORDIN M. Y FRANKEL V.H (2013). Bases Biomecánicas del Sistema Musculo Esquelético. Lippincott
- HAMILL, J. - KNUTZEN, K. - DERRICK, T. (2017). Biomecánica. Bases del Movimiento Humano. Lippincott
- ANTHONY BLAZEVIICH (2007). Biomecánica Deportiva, Manual para la Mejora del Rendimiento Humano. Paidotribo. Barcelona
- GUTIERREZ DAVILA M (2015). Fundamentos de Biomecánica Deportiva. Ed. Síntesis. Madrid
- AGUADO JODAR X., IZQUIERDO R. M, GONZÁLEZ M J.L (1997). Biomecánica fuera y dentro del Laboratorio. Servicio Publicaciones Universidad de León. León
- AGUADO JODAR X (1993). Eficacia y Técnica Deportiva. Análisis del Movimiento Humano. INDE. Barcelona
- LLANA BELLOCH SALVADOR; PEREZ SORIANO, PEDRO (2014). Biomecánica Basica Aplicada a la Actividad Fisica y el Deporte. PAIDORIBO
- VIEL, E (2002). La marcha humana, la carrera y el salto. Ed. Masson. Barcelona.
- 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

Bibliografía complementaria

- LLANOS ALCÁZAR, F (1988). Biomecánica del aparato locomotor. Editorial de la Universidad Complutense. Madrid
- VERA, P.; HOYOS, JV.; NIETO, J (1985). Biomecánica del Aparato Locomotor (2 vol.). Ed. IBV, Valencia
- IZQUIERDO M. (2008). Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte. Panamericana. Madrid
- JIM RICHARDS (2008). Biomechanics in Clinic and Research. Churchill Livinstone. China
- CROMER A. H (1986). Física para las Ciencias de la Vida. Ed. Reverter. Barcelona
- ALEXANDER R. M (1992). The Human Machine. Natural History Museum Publications. London

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