



| Teaching Guide | | | | |
|---------------------|---|--------|---|-----------|
| Identifying Data | | | | 2020/21 |
| Subject (*) | KINESIOTHERAPY: BASES OF THERAPEUTIC EXERCISE BASES | | Code | 651G01013 |
| Study programme | Grao en Fisioterapia | | | |
| Descriptors | | | | |
| Cycle | Period | Year | Type | Credits |
| Graduate | 1st four-month period | Second | Obligatory | 6 |
| Language | Spanish | | | |
| Teaching method | Face-to-face | | | |
| Prerequisites | | | | |
| Department | Fisioterapia, Medicina e Ciencias Biomédicas | | | |
| Coordinador | Bello Rodriguez, Olalla | E-mail | olalla.bello@udc.es | |
| Lecturers | Bello Rodriguez, Olalla Naia Entonado, Zeltia | E-mail | olalla.bello@udc.es zeltia.naia@udc.es | |
| Web | | | | |
| General description | Tendo en conta a importancia do Movemento no ámbito da Fisioterapia como alicerce fundamental tanto na avaliación como na terapéutica, esta materia pretende servir de base para o desenvolvemento curricular do alumno/a en todos os aspectos relacionados coa terapia a través do exercicio físico. Deste xeito, abordaranse temáticas que van desde os métodos e sistemas de avaliación do movemento humano, as adaptacións xerais e específicas do organismo á actividade física, así como a prescrición do exercicio como ferramenta terapéutica en todos os seus ámbitos. | | | |
| Contingency plan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Modifications to the contents 2. Methodologies <ul style="list-style-type: none"> *Teaching methodologies that are maintained *Teaching methodologies that are modified 3. Mechanisms for personalized attention to students 4. Modifications in the evaluation <ul style="list-style-type: none"> *Evaluation observations: 5. Modifications to the bibliography or webgraphy | | | |

| Study programme competences | |
|-----------------------------|---|
| Code | Study programme competences |
| A1 | Coñecer e comprender a morfoloxía, a fisioloxía, a patoloxía e a conduta das persoas, tanto sas como enfermas, no medio natural e social. |
| A2 | Coñecer e comprender as ciencias, os modelos, as técnicas e os instrumentos sobre os que se fundamenta, articula e desenvolve a fisioterapia. |
| A3 | Coñecer e comprender os métodos, procedementos e actuacións fisioterapéuticas, encamiñados tanto á terapéutica propiamente dita a aplicar na clínica para a reeducación ou recuperación funcional, como á realización de actividades dirixidas á promoción e mantemento da saúde. |
| A6 | Valoración diagnóstica de coidados de fisioterapia segundo as normas e cos instrumentos de validación recoñecidos internacionalmente. |
| A7 | Deseñar o plan de intervención de fisioterapia atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia. |
| A8 | Executar, dirixir e coordinar o plan de intervención de fisioterapia, utilizando as ferramentas terapéuticas propias e atendendo á individualidade do usuario. |



| | |
|----|---|
| B1 | CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio |
| B2 | CB2 - Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio |
| B3 | CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética |
| B4 | CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado |
| B5 | CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía |
| C1 | Adequate oral and written expression in the official languages. |
| C6 | Acquiring skills for healthy lifestyles, and healthy habits and routines. |
| C9 | Ability to manage times and resources: developing plans, prioritizing activities, identifying critical points, establishing goals and accomplishing them. |

| Learning outcomes | | | |
|--|-----------------------------|----------------|----------------|
| Learning outcomes | Study programme competences | | |
| Coñecer e comprender as bases científicas, os modelos, as técnicas e os instrumentos sobre os que se fundamenta, articula e desenvolve o Exercicio terapéutico | A2 A3 | B3 B5 | C1 |
| Elaborar un Plan de Exercicio Terapéutico atendendo a criterios de adecuación, validez e eficiencia | A2 A3 A6 A7 | B3 B4 B5 | C1 C6 C9 |
| Definir as bases anatómicas, biomecánicas e fisiolóxicas do Exercicio Terapéutico | A2 A3 | B1 B5 | C1 |
| Coñecer e relacionar os efectos fisiolóxicos e terapéuticos do exercicio sobre os diferentes sistemas e tecidos orgánicos | A1 A2 A3 | B5 | C1 C6 |
| Coñecer o concepto de Exercicio Terapéutico así como os seus obxectivos, indicacións e modalidades de avaliación e aplicación/execución | A2 A3 A6 | B5 | C1 C6 |
| Saber executar as distintas modalidades e técnicas de exercicio terapéutico e avaliar os resultados. | A2 A3 A7 A8 | B2 B4 B5 | C1 C6 C9 |

| Contents | |
|--|--|
| Topic | Sub-topic |
| 1. Introducción ao exercicio terapéutico en Fisioterapia | Concepto de Exercicio terapéutico Efectos e beneficios xerais do exercicio Consideracións xerais sobre a estrutura do movemento. |
| 2. Adaptación e exercicio físico. | Adaptación. Tipos de adaptación Fatiga Carga: concepto e tipos Principios xerais do adestramento e aplicación no eido terapéutico |



| | |
|--|---|
| 3. Respostas e adaptacións dos sistemas e tecidos orgánicos ao exercicio terapéutico | Adaptacións do aparello locomotor ao exercicio terapéutico Adaptacións cardiovasculares ao exercicio Adaptacións respiratorias e exercicio terapéutico Outras adaptación e exercicio terapéutico |
| 4. Capacidades físicas e metodoloxía de desenvolvemento no ámbito terapéutico. | Capacidades Físicas. Xeneralidades Forza Velocidade Resistencia Flexibilidade Coordinación Equilibrio |
| 5. Deseño de un programa de exercicio terapéutico | Modelo de intervención con exercicio terapéutico Partes da sesión Sinais de alarma Principios de tratamento e ensinanza de exercicios |
| 6. Métodos de intervención con exercicio terapéutico en fisioterapia. | Introducción aos métodos de intervención con exercicio terapéutico Adestramento funcional Fisioterapia acuática Métodos de relaxación Outros métodos |
| 7. Sistemas de avaliación e rexistro en exercicio terapéutico | Probas antropométricas Probas cardiorrespiratorias Probas neuromusculares Probas biomecánicas Outras probas |

| Planning | | | | |
|---|---|----------------------|-------------------------------|-------------|
| Methodologies / tests | Competencies | Ordinary class hours | Student?s personal work hours | Total hours |
| Guest lecture / keynote speech | A1 A2 A3 A6 A7 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | 20 | 50 | 70 |
| Laboratory practice | A6 A7 A8 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | 29 | 20 | 49 |
| Supervised projects | A1 A2 A3 A6 A7 A8 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | 8.5 | 18 | 26.5 |
| Practical test: | A6 A7 A8 B4 C1 C9 | 0.5 | 0 | 0.5 |
| Mixed objective/subjective test | A1 A2 A3 A6 A7 B1 B4 B5 C1 C9 | 2 | 0 | 2 |
| Personalized attention | | 2 | 0 | 2 |
| (*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students. | | | | |

| Methodologies | |
|---------------|-------------|
| Methodologies | Description |
| | |



| | |
|---------------------------------|--|
| Guest lecture / keynote speech | <p>Efectuarase a exposición oral do temario da materia, complementándose a mesma co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes.</p> <p>Durante estas sesións tamén se poderá realizar unha docencia máis interactiva na que o alumnado resolverá tarefas e/ou realizará traballos propostos polo profesor, ben de xeito individual ou en pequenos grupos, asistidos polo profesor e co fin de acadar unha mellor comprensión da materia.</p> |
| Laboratory practice | <p>Estas sesións servirán para por en práctica os contidos teóricos impartidos mostrando ao alumno a execución, os procedementos e as técnicas de prescrición do exercicio terapéutico en fisioterapia así como distintos sistemas de avaliación/rexistro. Así mesmo se afondará na execución práctica e o control das distintas modalidades de exercicio terapéutico.</p> <p>Durante estas sesións tamén se poderán propoñer tarefas nas que os alumnos teñan que deseñar e executar distintas técnicas de exercicio terapéutico.</p> |
| Supervised projects | Realización de un ou varios traballos de temática relacionada coa materia. O profesorado tutorizará os mesmos segundo as necesidades do alumnado e promoverá que o seu desenvolvemento, entrega e exposición sexa consensuada co alumnado. |
| Practical test: | Proba de carácter manipulativo e oral na que se valorará fundamentalmente a execución das distintas técnicas de tratamento e valoración así como o deseño de exercicios/programas no eido do exercicio terapéutico. |
| Mixed objective/subjective test | Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe que pode conter distintos tipos de preguntas: preguntas test, de resposta breve e de desenvolvemento. |

Personalized attention

| Methodologies | Description |
|--|--|
| Laboratory practice Guest lecture / keynote speech Supervised projects | <p>Tanto nas sesións maxistras, como nas prácticas de laboratorio, fomentarase a participación activa do alumno, estimulando a formulación de dúbidas e a intervención do alumnado. En todas e cada unha das metodoloxías, o alumno terá acceso a unha atención personalizada a través das tutorías presenciais e/ou virtuais (a través das plataformas institucionais).</p> <p>Para o alumnado con recoñecemento de dedicación a tempo parcial e dispensa académica de exención de asistencia potenciarase o emprego da atención personalizada a través das tutorías virtuais.</p> <p>Fóra das clases presenciais, o alumnado será atendido preferentemente de xeito virtual.</p> |

Assessment

| Methodologies | Competencies | Description | Qualification |
|-----------------|-------------------|--|---------------|
| Practical test: | A6 A7 A8 B4 C1 C9 | <p>Exame práctico de todos os contidos da materia.</p> <p>Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia.</p> <p>Se o profesor e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderán realizarse unha ou varias probas prácticas da materia durante o curso, de forma que no caso de superalas, o alumnado poida liberar parte ou toda a materia da proba práctica nas convocatorias oficiais.</p> | 10 |



| | | | |
|---------------------------------|---|--|----|
| Mixed objective/subjective test | A1 A2 A3 A6 A7 B1 B4 B5 C1 C9 | Exame de todos os contidos da materia. O tipo de exame poderá incluír preguntas tipo test e/ou preguntas de resposta breve e/ou para desenvolver. Superar esta proba será requisito indispensable para aprobar a materia. Se o profesor e a maioría simple do alumnado así o acorda ao comezo curso, poderán realizarse unha o varias probas teóricas da materia durante o curso, de forma que no caso de superalas, o alumnado poida liberar parte ou toda a materia da proba mixta nas convocatorias oficiais. | 40 |
| Laboratory practice | A6 A7 A8 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | Os contidos tratados nestas prácticas serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou proba mixta. Valorarase tamén a asistencia, puntualidade, actitude e participación razoada, de forma continuada durante todo o curso. A avaliación continuada das prácticas suporá un 10 % da nota final en caso de superar a proba práctica e a proba mixta. | 10 |
| Guest lecture / keynote speech | A1 A2 A3 A6 A7 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | Os contidos tratados nestas sesións serán obxecto de avaliación mediante a proba práctica e/ou a proba mixta. Se valorará tamén a asistencia e a realización de traballos propostos, de forma continuada durante o curso. Esta avaliación suporá un 10% da nota final, no caso de superar a proba práctica e a proba mixta. | 10 |
| Supervised projects | A1 A2 A3 A6 A7 A8 B1 B2 B3 B4 B5 C1 C6 C9 | Valorarase a realización e exposición dos traballos propostos | 30 |

Assessment comments

A calificación de Non Presentado otorgarase a todos aqueles alumnos que non se presenten á proba práctica e á proba mixta en cada unha das convocatorias oficiais. No caso de presentarse a unha de ditas probas, o alumno non poderá obter esta calificación.

No caso de non superar a proba mixta e/o a proba práctica, a calificación que aparecerá nas actas será a da proba non superada coa la calificación máis elevada.

O profesor da materia poderá decidir libremente o número de Matrículas de Honra a otorgar entre as máximas establecidas anualmente. Estas se podrán conceder entre aqueles alumnos que teñan a calificación de sobresáinte, adxudicándose por orden de calificación según a media entre a nota da avaliación continuada da sesión maxistral e a das prácticas de laboratorio.

Os alumnos que xa cursasen a materia en anos anteriores, os alumnos con matrícula a tempo parcial, dispensa académica de exención de asistencia e os alumnos que se estén presentando á oportunidade de xullo; poderán ser avaliados mediante a proba mixta; a proba práctica; os traballos tutelados; e un traballo có mesmo valor da avaliación continuada das sesións maxistrais e das prácticas. Os prazos de entrega, a temática e normas deste traballo serán publicados no moodle da materia.

Sources of information



| | |
|----------------------|--|
| Basic | <ul style="list-style-type: none"> - Hall CM, Brody LT. (2006). Ejercicio Terapéutico. Recuperación funcional.. Barcelona: Paidotribo - Kisner C, Colby LA (2010). Ejercicio terapéutico fundamentos y técnicas. Barcelona: Paidotribo - García Manso JM, Navarro M, Ruiz JA (1998). Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Madrid: Gymnos - López Chicharro, J, Fernández Vaquero, A (2007). Fisiología del Ejercicio. Madrid: Panamericana - Lesmes, D (2007). Evaluación clínico-funcional del movimiento corporal humano. Bogota: Panamericana - Sharman, S (2006). Diagnóstico y tratamiento de las alteraciones del movimiento. Barcelona: Paidotribo |
| Complementary | <ul style="list-style-type: none"> - Cook, G. (2010). Movement : functional movement systems : screening, assessment, and corrective strategies. Aptos : On Target Publications - Cook, G. (2003). Athletic body in balance. Champaign : Human Kinetics - Boyle, M. (). Functional Training for Sports. United States: Human Kinetics Boyle, M. Functional Training for Sports. United States: Human Kinetics; 2004Reiman, M.P., Manske, R.C. Functional Testing in Human Performance. United States: Human Kinetics; 2009Heyward, V.H. Evaluación de la aptitud física y Prescripción del ejercicio. Madrid: Panamericana. 2008Hall, C.M., Brody, L.T. Therapeutic Exercise: Moving Toward Function. Baltimore: Lippincott Williams & Williams. 2005Ellenbecker, T.S., Davies, G.J. Closed Kinetic Chain Exercise: A Comprehensive Guide to Multiple-Joint Exercises. United States: Human Kinetics. 2001Huber, F.E., Wells, C.L. Therapeutic Exercise: Treatment Planning for Progression. United States: Elsevier. 2006 Bandy, W.D., Sanders, B. Therapeutic Exercise for Physical Therapist Assistants: Techniques for Intervention. United States: Lippincott Williams & Williams. 2008Lesmes, D. Evaluación clínico-funcional del movimiento corporal humano. Bogota: Panamericana. 2007 |

Recommendations

Subjects that it is recommended to have taken before

ANATOMY I AND HISTOLOGY/651G01001

ANATOMY II/651G01002

PHYSIOLOGY/651G01003

GENERAL KINESIOTHERAPY/651G01005

FUNCTIONAL AND PSYCHOSOCIAL ASSESSMENT/651G01007

Subjects that are recommended to be taken simultaneously

BIOMECHANICS/651G01009

NEUROLOGICAL AND PSYCHOMOTOR PHYSIOTHERAPY/651G01016

Subjects that continue the syllabus

PHYSIOTHERAPY FOR STATIC AND DYNAMIC CONDITIONS IN THE VERTEBRAL COLUMN/651G01015

CARDIAC, RESPIRATORY AND VASCULAR REHABILITATION/651G01020

PHYSIOTHERAPY FOR MUSCULOSKELETAL DISORDERS/651G01024

PHYSIOTHERAPY IN PHYSICAL ACTIVITY AND SPORT/651G01025

CLINICAL TRAINING I/651G01035

CLINICAL TRAINING II/651G01036

Other comments

Para

axudar a conseguir unha contorna inmediata sustentable e cumprir o

obxectivo estratéxico 11 do Plan Green Campus da Facultade de

Fisioterapia, os traballos documentais

que se realicen nesta materia poderanse solicitar tanto en formato

papel como virtual ou soporte informático. De realizarse en papel,

seguiranse na medida do posible as seguintes recomendacións xerais:- Non se utilizarán plásticos.- Realizaranse impresións a

dobre cara.- Empregarase papel reciclado.- Evitarase a realización de borradores.



(*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.