



Guía Docente				
Datos Identificativos				2022/23
Asignatura (*)	Fisioloxía do exercicio II	Código	620G01025	
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	1º cuatrimestre	Terceiro	Formación básica	6
Idioma	Galego			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Márquez Sánchez, Gonzalo José	Correo electrónico	gonzalo.marquez@udc.es	
Profesorado	Giraldez Garcia, Manuel Avelino Márquez Sánchez, Gonzalo José	Correo electrónico	manuel.avelino.giraldez.garcia@udc.es gonzalo.marquez@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>A Fisioloxía do exercicio II é unha materia cuatrimestral, de 6 créditos ECTS, que pertence ao Módulo 2, Anatomía e fisioloxía (formación básica).</p> <p>Como o seu propio nome indica, a Fisioloxía do exercicio encárgase de estudar o comportamento dos diferentes aparellos e sistemas durante o exercicio, entendéndoo no seu sentido máis amplo, desde a actividade física máis espontánea e informal ata os máis elevados niveis de adestramento e competición deportivos. Coñecer como responde o corpo humano e como é capaz de adaptarse constitúe a base para a avaliación da condición física e para axustar os parámetros do adestramento aos obxectivos desexados.</p> <p>A Fisioloxía do exercicio impártese no segundo e nos terceiro cursos do Grao dividida en dúas materias, Fisioloxía do exercicio I e Fisioloxía do exercicio II.</p> <p>Na que nos ocupa agora, a Fisioloxía do exercicio II, de carácter máis aplicado e integrador, ocuparémonos de estudar as adaptacións estruturais e funcionais do organismo tras un proceso de adestramento. Abordaranse cuestións fisiolóxicas relacionadas coa idade e o xénero (MODULO I). Ademais, estudaránse contidos relacionados coa valoración funcional dos diferentes compoñentes da condición física (MODULO II). En terceiro lugar abordaránse aspectos relacionados coa fisioloxía en ambientes especiais de temperatura, humidade e presión atmosférica (MODULO III). Para rematar, no MÓDULO IV trataránse contidos que abordan o estudo da fatiga e as axudas ergoxénicas lícitas e ilícitas (doping). O estudo da fisioloxía do exercicio é imprescindible para o alumnado de Ciencias da Actividade Física e o Deporte e outros profesionais da colectividade deportiva. Adquirir coñecementos e competencias baseados na evidencia científica permitiralles deseñar e supervisar exercicios e adestramentos afastados de xuízos apriorísticos e actuacións intuitivas.</p>			

Competencias do título	
Código	Competencias do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias do título		
Coñecer os efectos do adestramento sobre o organismo e as adaptacións estruturais e fisiolóxicas que provoca	A22 A23	B1 B7 B9 B11	C3 C6 C8
Saber avaliar e monitorar os efectos do adestramento sobre os diferentes compoñentes da condición física relacionada coa saúde e co rendemento deportivo.	A14 A18 A23 A28	B1 B7 B9 B10 B11	C3 C6



Coñecer as características anatómicas e fisiolóxicas diferenciais segundo a idade e o xénero e a súa relación coas respostas ao exercicio e as adaptacións ao adestramento.	A14 A22 A27 A29	B1 B7 B9 B11	C3 C6
Coñecer os efectos ambientais sobre a resposta, tolerancia e adaptación do corpo humano durante a práctica de exercicio, o adestramento e a competición.	A14 A29	B1 B7 B9 B11	C3 C6 C8
Saber que factores explican a aparición de fatiga durante a práctica de exercicio, o adestramento e a competición e aprender a manexalos.	A14 A23 A28 A29	B1 B7 B9 B11	C3 C6 C8
Coñecer e saber utilizar as principais estratexias e axudas ergoxénicas lícitas.	A14 A27 A29	B1 B7 B9 B10 B11	C3 C6 C8
Coñecer e saber identificar e evitar as condutas relacionadas coa dopaxe.	A14 A29	B1 B7 B9 B10 B11	C3 C6 C8

Contidos	
Temas	Subtemas
MÓDULO 1. EXERCICIO, IDADE E XÉNERO	Tema 1.1. Fisioloxía do exercicio na infancia e na adolescencia Tema 1.2. Fisioloxía do exercicio nas persoas maiores Tema 1.3. Fisioloxía do exercicio nas mulleres
MÓDULO 2. AVALIACIÓN E MONITOREO DOS COMPOÑENTES DA CONDICIÓ FÍSICA	Tema 2.1. Introducción e conceptos preliminares Tema 2.2. Avaliación e monitoreo da capacidade cardiorrespiratoria Tema 2.3. Avaliación e monitoreo do compoñente neuromuscular Tema 2.4. Avaliación e monitoreo da mobilidade articular e a flexibilidade Tema 2.5. Avaliación e monitoreo do equilibrio e a axilidade Tema 2.6. Avaliación e monitoreo da composición corporal. Valoración cineantropométrica
MÓDULO 3. EXERCICIO E CONDICIÓNS AMBIENTAIS	Tema 3.1. Medio interno. Regulación hidroelectrolítica y ácido-base Tema 3.2. Exercicio, temperatura e humidade Tema 3.3. Exercicio e variación da presión atmosférica
MÓDULO 4. FATIGA E AXUDAS ERGOXÉNICAS	Tema 4.1. Fatiga: mecanismos e tipos Tema 4.2. Estratexias e axudas ergoxénicas lícitas Tema 4.3. Estratexias e axudas ergoxénicas ilícitas: dopaxe

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias	Horas presenciais	Horas non presenciais / traballo autónomo	Horas totais
Actividades iniciais	A14 A28 A29 B1 B7 B9 B10 B11 C3	1	1	2
Sesión maxistral	B7 B9 B11 C3 C6 C8	30	45	75



Prácticas de laboratorio	A14 A18 A22 A23 A27 A28 A29 B1 B7 B9 B10 B11 C3 C6 C8	18.75	18.75	37.5
Solución de problemas	A22 A23 A27 A28 A29 B1 B7 B9 B10 B11 C3 C6 C8	1	4	5
Obradoiro	A14 A18 A23 A28 B7 B10 C3	0	21.75	21.75
Proba obxectiva	A14 A18 A22 A23 A27 A28 A29 B1 B7 B9 B10 B11 C3 C6 C8	3.875	3.875	7.75
Atención personalizada		1	0	1
*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado				

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Actividades iniciais	<p>Con anterioridade á primeira sesión maxistral, o alumnado deberá ler a Guía Docente da materia e responder exitosamente a un cuestionario sobre a mesma.</p> <p>Na primeira sesión maxistral presentarase a materia e resolveranse as cuestións que expoñan os/as estudantes sobre a mesma e de maneira específica sobre os aspectos da Guía Docente que precisen aclaracións.</p> <p>Proporcionaranse orientacións e consellos xerais para o estudo adecuado da materia.</p> <p>Tentarase coñecer as motivacións e intereses do alumnado respecto á materia.</p>
Sesión maxistral	<p>Serán sesións de grupo grande (60 estudantes).</p> <p>De acordo coa normativa académica, a asistencia será obrigatoria pero non se terá en conta para a avaliación. Con todo, é necesario advertir que nalgunhas sesións realizaranse probas obxectivas que si se terán en conta para a avaliación e nas que só poderán participar os/as estudantes presentes na aula.</p> <p>Previamente, o alumnado deberá ter preparados e lidos os materiais necesarios para a adquisición dos coñecementos e competencias correspondentes aos temas que se tratarán en cada sesión. No Campus Virtual dispoñerese dos obxectivos detallados para cada tema e a bibliografía recomendada, así como doutros materiais de apoio: presentacións audiovisuais, lecturas básicas e complementarias e probas de avaliación non presenciais.</p> <p>Durante a sesión, o/a profesor/a irá explicando, coa axuda de recursos audiovisuais, os contidos nos que o alumnado atopase dificultades. Para iso deberá manter unha participación activa, o que significa expor dúbidas razoadas xurdidas dun traballo previo de lectura e reflexión sobre dos contidos.</p> <p>Así mesmo, os/ as estudantes deberán responder de modo adecuado ás preguntas que formule o profesor ou calquera das persoas presentes na actividade e resolver as pequenas tarefas ou problemas que vaia expondo o profesorado.</p> <p>Nalgunhas das sesións, sen aviso previo, propoñerase a realización de probas obxectivas (entre 5 e 15 ao longo do cuadrimestre) sobre os contidos do tema tratado nesa mesma sesión ou nas precedentes. Os resultados obtidos teranse en conta para a cualificación final na modalidade de avaliación continua presencial. Salvo para aqueles casos nos que se produza unha ausencia xustificada de acordo coa normativa da UDC, estas probas non se repetirán noutros momentos.</p>



<p>Prácticas de laboratorio</p>	<p>As prácticas de laboratorio realizaranse en grupos medianos (de 20 estudantes) e nelas abordarase o estudo e a aplicación práctica de diversos contidos da materia con diversos recursos.</p> <p>Consistirán fundamentalmente en tarefas relacionadas coa avaliación e monitoraxe dos diferentes compoñentes da condición física e na realización de bebidas e preparados destinados á hidratación e recuperación.</p> <p>Según la normativa académica, la asistencia será obligatoria pero no se tendrá en cuenta para la evaluación. No obstante, la asistencia será requisito imprescindible para poder realizar las pruebas objetivas presenciales y para la entrega de los trabajos que correspondan a los contenidos y competencias de estas prácticas.</p> <p>Previamente, o alumnado deberán ter preparados e lidos os materiais necesarios para a adquisición dos coñecementos e competencias correspondentes aos contidos que se tratarán en cada práctica.</p> <p>No Campus Virtual o alumnado disporá dos obxectivos detallados para cada tema e das probas de avaliación non presenciais.</p> <p>O profesorado atenderá dun modo personalizado ou en pequenos grupos aos/as estudantes a fin de axudarlles a resolver as dificultades que atopen.</p> <p>Durante a práctica o alumnado deberán manter unha participación activa e cumprir os obxectivos e as tarefas que se propuxeron con antelación suficiente.</p> <p>Nalgunhas das prácticas, sen aviso previo, propoñerase ao alumnado a realización de probas obxectivas (entre 5 e 15 ao longo do cuadrimestre) sobre os contidos do tema tratado nesa mesma práctica ou nas precedentes (se fose o caso). Os resultados obtidos teranse en conta para a cualificación final na modalidade de avaliación continua presencial.</p> <p>Do mesmo xeito, o alumnado deberá rexistrar os resultados das probas de condición física nun libro de Excel e finalmente entregará un informe completo coas medidas e avaliacións, de acordo coas instrucións puntuais que se irán facilitando e sometelas a través dun obradoiro habilitado en Moodle para ser resvisadas e evaluadas mediante rúbrica. Estas tarefas teranse en conta para a cualificación final na modalidade de avaliación continua non presencial.</p>
<p>Solución de problemas</p>	<p>A través da plataforma Moodle, e só nalgúns temas, o profesorado irá plantexando problemas relacionados con calculos enerxéticos e metabólicos, cálculos de consumo, intensidades de carga e esforzo, estimacións de perdas hídricas e necesidades de rehidratación, etc.</p> <p>A participación e resolución destes problemas non serán obrigatorias nin computarán para a avaliación, a súa finalidade é contribuir a mellorar a comprensión e aplicación práctica dos coñecementos e as competencias adquiridos.</p> <p>Con todo, os contidos e competencias traballados si serán obxecto de avaliación nas probas correspondentes.</p>
<p>Obradoiro</p>	<p>Trátase dunha actividade voluntaria, non obrigatoria, pero que si computa para a avaliación. Por tanto, os/as alumnas que non a realicen, non obterán a puntuación correspondente.</p> <p>Consistirá na elaboración dun Diario de Prácticas usando tanto as aplicacións Excel 365 e Word de Microsoft.</p> <p>Os datos para incluír no arquivo serán obtidos durante a realización de prácticas nas que se aborden contidos sobre a medición e avaliación das respostas e adaptacións de diferentes variables fisiológicas. Por iso, só poderán realizar este obradoiro as persoas que asistan ás clases prácticas nas que se realicen as medicións.</p> <p>Unha vez elaborado o Diario de Prácticas, será sometido a unha avaliación por pares a través dunha rúbrica que, finalmente, tamén será supervisada polo profesorado.</p>



Proba obxectiva	<p>A través do Campus Virtual, o alumnado deberá realizar diferentes probas de avaliación que consistirán en cuestionarios online de entre 5 e 15 preguntas para a avaliación formativa e de 90 para os exames global e final. Poderán ser de diferentes tipos: test de opción única ou múltiple, de verdadeiro-falso, de relacionar, de ordenar, de completar, de calcular... O tempo de realización será, en xeral, de 1 minuto por pregunta, coa excepción daquelas preguntas nas que se requira a realización de cálculos, nas que se facilitará un tempo maior.</p> <p>A modo de exemplo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cada pregunta tipo test de opción única e 4 posibles respostas puntuarase de forma que o acerto valerá 1 punto e cada erro -0,25 (probabilidade de acerto por azar).</li> <li>- Cada resposta múltiple terá 4 posibles respostas e puntuarase como segue: cada acerto valerá <math>1/n^o</math> de opcións verdadeiras e cada erro valerá <math>-1/n^o</math> de opcións falsas. Desta forma, nunha pregunta con 1 opción verdadeira, o acerto valerá + 1 punto e cada erro - 0,33 puntos; con 2 opcións verdadeiras, cada acerto valerá + 0,50 e cada erro - 0,50 puntos; con 3 opcións verdadeiras, cada acerto valerá 0,33 e cada erro - 1 puntos; con catro opcións verdadeiras, cada acerto valerá + 0,25 puntos.</li> <li>- No caso das preguntas de verdadeiro-falso ou de completar, cada acerto valerá + 1 punto e cada erro - 0,50 puntos (probabilidade de acerto por azar).</li> </ul> <p>No apartado de "Avaliación" explícanse estas probas con maior detalle.</p>
-----------------	--

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Proba obxectiva Actividades iniciais Prácticas de laboratorio Obradoiro	<p>A atención personalizada implica actividades que, ben de forma individual ou ben en pequenos grupos, teñen como finalidade atender as necesidades e consultas do alumnado relacionadas co estudo e/ou temas vinculados coa materia, proporcionándolle orientación, apoio e motivación no proceso de aprendizaxe e para a preparación das probas obxectivas.</p> <p>Esta atención personalizada pode desenvolverse de forma presencial (directamente na aula -titorías de grupo- e nos momentos que o profesor ten asignados a titorías de despacho) ou de forma non presencial (a través do correo electrónico, do campus virtual ou de aplicacións como Teams).</p> <p>Para desenvolver adecuadamente esta atención, será necesario concertar unha cita previa co profesor, persoalmente ou a través do correo electrónico.</p> <p>O alumnado con matrícula a tempo parcial poderá contactar co profesor a través do seu e-mail para concretar unha cita que podería ser presencia ou virtual, según mellor lle conveña.</p>

### Avaliación

Metodoloxías	Competencias	Descrición	Cualificación
Proba obxectiva	A14 A18 A22 A23 A27 A28 A29 B1 B7 B9 B10 B11 C3 C6 C8	Ver a continuación	75
Obradoiro	A14 A18 A23 A28 B7 B10 C3	Ver a continuación	25

### Observacións avaliación



**IDIOMA** . Todas as probas de avaliación desenvolveranse en CASTELÁN . No entanto, si algún/ha estudante desexase realizar a proba global ou o exame final en galego, deberá solicitalo con 7 días de antelación á data da súa celebración. Por dificultades técnicas, este exame constará de preguntas seleccionadas polos profesores e non terán o carácter aleatorio da versión en castelán.

## PRIMEIRA OPORTUNIDADE

**SÓ SE CONTEMPLA UNHA AVALIACIÓN CONTINUA** que incluírá actividades de avaliación continua (ao longo do cuadrimestre) e unha actividade final (proba global) na data oficial da primeira oportunidade. A avaliación continua suporá o 70% da cualificación final e a proba global o 30% restante. Para aprobar a materia será necesario obter unha cualificación final igual ou superior ao 50% da máxima posible e cumprir os requisitos específicos de cada actividade.

Avaliación continua, 70%Non presencial, 10%Presencial, 60%Probas obxectivas, 35%Panel de control ou diario de prácticas, 25%Proba global: 30%  
Avaliación continua (70%)

Na avaliación continua contémpanse dúas modalidades complementarias: presencial e non presencial. A primeira suporá o 60% da cualificación final e, a segunda, o 10%. Os resultados obtidos na avaliación formativa presencial non condicionarán a posibilidade de manter a avaliación continua; en cambio, para manter a avaliación continua e acceder á proba global da primeira oportunidade, será necesario que a puntuación media ponderada de todos os módulos na avaliación formativa non presencial alcance ou supere o 70% e a de ningún módulo sexa inferior ao 50%.

A avaliación CONTINUA PRESENCIAL consistirá na realización de probas obxectivas (35%) e a participación nas prácticas de laboratorio que logo permitirán a elaboración dun diario de prácticas que será evaluado por pares supervisado polo profesor (25%). As probas obxectivas realizaranse durante as sesións expositivas e durante as prácticas de laboratorio. En todas ou nalgunhas das sesións ou clases prácticas, sen previo aviso, proporase ao alumnado a realización de probas obxectivas (entre 10 e 31 ao longo do cuadrimestre) sobre os contidos e competencias tratados nesa mesma sesión ou nas precedentes. O único requisito esixido para a realización destas probas é a presenza física na aula no momento da súa celebración. En caso de ausencia e salvo por causas debidamente xustificadas, de acordo coa normativa da UDC, non se concederán máis oportunidades. Os detalles sobre o taller están descritos no apartado de metodoloxías. O 35% da puntuación media de todas as probas sumarase á cualificación final (máximo de 3,5 puntos). Para o cálculo da media dividirase a suma de todas as puntuacións obtidas entre o número de probas celebradas (incluíndo, por tanto, aquelas a as que o alumnado non se presentou). O 25% da cualificación obtida no diario de prácticas tamén se sumará á puntuación final (máximo 2,5 puntos).

Para participar na avaliación CONTINUA NON PRESENCIAL será necesario responder de forma ordenada e secuencial á proba obxectiva de todos e cada un dos temas a través do Campus Virtual. Cada estudante disporá de 3 intentos en cada tema que poderá responder de forma NON PRESENCIAL en 3 días diferentes (terán que transcorrer polo menos 24 horas entre un intento e o seguinte).

As probas correspondentes a cada módulo permanecerán dispoñibles durante un prazo de tempo determinado previamente e que o alumnado coñecerá desde o inicio do curso; unha vez concluído devandito prazo, xa non se poderán responder. Antes de acceder á proba do primeiro tema, o alumnado deberá contestar á proba sobre a Guía Docente que se inclúe nas actividades iniciais.

A continuación, só poderá acceder ás probas dos temas seguintes, sempre en orde sucesiva, cando, polo menos nun dos intentos do tema previo teña alcanzada unha puntuación igual ou superior ao 30% (3 puntos sobre 10). Se non superase o 30% na proba dun tema, xa non podería realizar as dos temas seguintes dese mesmo módulo.

Nesta actividade, e dada a ampla dispoñibilidade de tempo e horario para a súa realización, non se contemplan excepcións  
A avaliación formativa non presencial sumará o 10% da cualificación final (máximo 1 punto sobre 10).

Proba global (30%)

Esta actividade ten carácter PRESENCIAL.

No caso de que se celebre na aula **SERÁ OBRIGATORIO INSCRIBIRSE E ELIXIR HORARIO CUNHA ANTELACIÓN MÍNIMA DE 48 HORAS** Á súa CELEBRACIÓN. Considerando o elevado número de alumnos e alumnas que se matriculan anualmente nesta materia, este requisito obedece á necesidade de organizar na plataforma os grupos e os horarios de celebración do exame, que serán de entre 25 e 50 persoas segundo a dispoñibilidade de espazo na aula. Para iso, avisarase a todo o alumnado con suficiente antelación e poderase realizar a inscrición a través dunha lista (enquisa) habilitada no Campus Virtual.

Só poderá realizar a proba global (convocatoria da primeira oportunidade) quen teña superada a avaliación formativa non presencial.

A proba global constará de dúas partes: unha teórica e outra práctica. Na parte teórica avaliaranse os coñecementos sobre a materia (SABER); na parte práctica avaliaranse as competencias para resolver problemas e supostos de cálculo e de medición, interpretación e aplicación de variables fisiolóxicas.



Para que a proba global téñase en conta no cálculo da cualificación final, será necesario alcanzar o 50% da puntuación máxima en cada parte (teórica e práctica). En caso contrario, non se superará a avaliación continua e para poder aprobar a materia habería que acudir á segunda oportunidade nas mesmas condicións. Para a segunda oportunidade consideraranse liberados aqueles módulos nos que se obtivese unha nota igual ou superior ao 50 % e, polo tanto, o alumnado deberá examinarse só naqueles nos que non se acadou unha nota mínima do 50 %.

A proba global consistirá nun cuestionario de entre 75 e 95 preguntas para a parte teórica e entre 20 e 30 para a parte práctica, coas características, forma de puntuación e dispoñibilidade de tempo indicadas máis arriba.

#### Cualificación final

A cualificación final obterase sumando o 60% da puntuación alcanzada na avaliación formativa presencial (probos obxectivas, 35%; diario de prácticas, 25%), o 10% da puntuación conseguida na avaliación formativa non presencial e o 30% da proba global, sempre que se cumpran os requisitos mínimos esixidos para cada unha delas.

#### Alumnado con matrícula a tempo parcial

Para asegurar a posibilidade de avaliación continua do alumnado con matrícula a tempo parcial, sempre que teñan dispénsaa preceptiva para non asistir ás actividades presenciais, permitirase de maneira excepcional, e previa concertación co profesorado, a realización das probas da avaliación formativa presencial en momentos diferentes ao resto dos seus compañeiros e nun horario razoable.

Para as demais actividades non se contemplan alternativas específicas porque a única actividade presencial obrigatoria é o exame final e nas restantes dispónse de suficiente flexibilidade de datas e horarios para que cada persoa poida organizarse segundo mellor conveña ás súas circunstancias.

#### Alumnado con diversidade funcional

Considerando que a diversidade funcional pode ser moi variada, non se propón unha solución concreta, pero si se contempla a posibilidade de establecer as adaptacións necesarias para atender de forma persoal e específica a cada un dos casos que se poidan presentar para garantir a igualdade de oportunidades. Nestes casos, o alumno ou alumna solicitaría un tutoría co profesor coordinador para que este poida organizar a atención personalizada que requira e ofrecer as solucións máis adecuadas.

#### SEGUNDA OPORTUNIDADE (xullo)

Desenvolverase do mesmo xeito e nas mesmas condicións que a primeira oportunidade.

#### OPORTUNIDADES POSTERIORES (seguintes cursos)

Para os cursos posteriores conservaranse as cualificacións dos apartados de avaliación que xa fosen superadas previamente:

? Avaliación continua non presencial: cando a nota media de todos e cada un dos módulos acade o 50% da máxima posible.

? Avaliación continua presencial: cando a puntuación de cada parte (probos obxectivas e Diario de Prácticas) e de cada módulo alcance o 50% do máximo posible.

? Proba global: cando a puntuación de cada parte e de cada módulo de ambas partes alcance o 50% do máximo posible.

#### REALIZACIÓN FRAUDULENTE

A realización fraudulenta das probas ou actividades de avaliación implicará directamente a cualificación de suspenso '0' na materia na convocatoria correspondente, invalidando así calquera cualificación obtida en todas as actividades de avaliación de cara a convocatoria extraordinaria.

Ademais, segundo a Lei de Convivencia Universitaria (BOE núm. 48, do 25 de febreiro de 2022), a fraude académica, considérase falta moi grave, podendo implicar expulsión de 2 a 3 anos da universidade constando no expediente académico ata o seu total cumprimento; así como, a perda de dereitos de matrícula parcial durante un curso ou semestre académico (art. 14). Enténdese por fraude académica calquera comportamento premeditado tendente a falsear os resultados dun exame ou traballo, propio ou alleo, realizado como requisito para superar unha materia ou acreditar o rendemento académico (art. 11).

#### COLABORACIÓN OPTATIVA CON GRUPOS DE INVESTIGACIÓN (máximo 1 punto)

Na Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física desenvolven o seu labor investigador e docente varios grupos de investigación cuxas áreas de traballo están vinculadas co control motor e as respostas e adaptacións ao exercicio: Aprendizaxe y Control Motor e Performance and Health Group.

Unha vez superada a materia, pódese obter 1 punto extraordinario, que se sumará á cualificación final, colaborando activamente nas tarefas de investigación dalgún destes grupos e/ou participando nos seminarios específicos que ofertan a tal fin. Esta colaboración será de carácter voluntario (NON É OBRIGATORIA) e non se terá en conta para alcanzar o aprobado.

Participar nas devanditas actividades supón a posibilidade de aplicar na práctica os coñecementos e competencias adquiridos na materia e de profundar nos conceptos e no dominio técnico de moitos dos seus contidos.

Finalizada a colaboración, o Director do grupo que corresponda outorgará a cada alumno unha cualificación entre 0 e 1 punto que se trasladará á cualificación final.

#### CUALIFICACIÓNS FINAIS

As cualificacións finais expresaranse mediante cualificación numérica, de acordo co establecido no artigo 5 do RD 1125/2003 de 5 de setembro (BOE 18 de setembro), polo que se establece o sistema europeo de créditos e o sistema de cualificacións nas titulacións universitarias de carácter oficial. Estas cualificacións serán: 0-4,9=Suspenso; 5-6,9=Aprobado; 7-8,9=Notable; 9-10=Sobresaliente; a partir de 9 a Matrícula de Honra corresponderá (dentro do número máximo permitido) ás mellores cualificacións.





## Fontes de información

<b>Bibliografía básica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Astrand, P.O., Rodahl, K., Dahl, H.A. y Strome, S.B. (2010). Manual de fisiología del ejercicio.. Badalona: Paidotribo</li> <li>- Kenney, W.L., Wilmore, J.H. y Costill, D.L. (2015). Physiology of sport and exercise. Ghampaign: Human Kinetics</li> <li>- López Chicharro, J. y Fernández Vaquero, Almudena (2006). Fisiología del ejercicio. Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- McArdle, W., Katch, F.I. y Katch, V. (2014). Exercise physiology. Nutrition, Energy &amp; Human Performance.. Philadelphia: Wolters Kluwer Health/Lippincot Williams &amp; Wilkins</li> <li>- Tortora, G.J. y Derrickson, B (2018). Principios de anatomía y fisiología.. Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- Wilmore, J.H., Costill, D.L. y Kenney, W.L. (2015). Fisiología del ejercicio. Nutrición, rendimiento y salud.. Philadelphia: Lippincot Williams &amp; Wilkins</li> </ul>
<b>Bibliografía complementaria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- American College of Sports Medicine (2011). Advanced exercise physiology. Philadelphia: Lippincott Williams &amp; Wilkins</li> <li>- Dvorkin, M.A. y Cardinali, D.P. (2010). Best &amp; Taylor. Bases fisiológicas de la práctica médica. Madrid: Médica Panamericana</li> <li>- Garret, W.E. y Kirkendall, D.T. (2000). Exercise &amp; Sport Science. Philadelphia: Lippincott Williams &amp; Wilkins</li> <li>- Guyton, A.C. y Hall, J.E. (2011). Tratado de fisiología médica. Barcelona: Elsevier España</li> <li>- Koeppen, B.M. y Stanton, B.A. (2009). Berne y Levy. Fisiología. Barcelona: Elsevier España</li> <li>- Thompson, P.D. (2001). Exercise &amp; Sports Cardiology. Singapur: McGraw Hill</li> <li>- Wasserman, K.; Hansen, J.E.; Sue, D.Y.; Stringer, W.W. &amp; Whipp, B.J. (2011). Principles of exercise testing and interpretation. Philadelphia: Lippincott Williams &amp; Wilkins</li> </ul>

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía e cinesiología do movemento humano/620G01002  
 Fisiología do exercicio I/620G01013  
 Biomecánica do movemento humano/620G01014  
 Teoría e práctica do adestramento deportivo/620G01037

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Metodología do rendemento deportivo/620G01024

### Materias que continúan o temario

Actividade física saudable e calidade de vida I/620G01023  
 Actividade física saudable e calidade de vida II/620G01036

### Observacións

O acceso do alumnado aos estudos de Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte pode darse dende calquera dos itinerarios de bacharelato. Esta asignatura precisa que o alumnado posúa uns certos coñecementos previos no ámbito da bioquímica, a citoloxía e a histoloxía, que se corresponden cos niveis educativos previos. No caso de non cursar previamente materias cos contidos mencionados, sería conveniente que o alumnado procurase ler os devanditos contidos nos primeiros días de clase. Para iso, pode consultarse a bibliografía específica recomendada polos profesores no espazo da materia na plataforma do Campus Virtual.Coa finalidade de mellorar o sistema de garantía interna de calidade do noso centro, sería convinte que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuadrimestral, respecto a participar no proceso de avaliación das materias cursadas e cuxa chamada realiza baixo o nome de ?AVALÍA? consistindo en responder as enquisas que avalían a docencia do profesorado en cada materia.

(\*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