



## Guía Docente

Datos Identificativos					2023/24
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	Castelán				
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	<p>É unha materia cuatrimestral de 6 créditos ECTS que se imparte no segundo curso do Grao.</p> <p>Pertence, xunto con Anatomía e Cinesiología do Sistema Musculoesquelético e Fisiología I e II, ao Módulo de Materias Básicas da Área de Ciencias da Saúde. Os descritores son: Biomecánica, Fundamentos de Mecánica aplicada ao movemento humano, Biomecánica estrutural do sistema musculoesquelético, Biomecánica dos patróns de movemento e habilidades motrices básicas.</p> <p>O termo Biomecánica foi acuñado en 1887, pero non foi ata mediados do século pasado que empezou a ter uso e popularizouse moito nos últimos 25 anos. Desde os anos 70 do século pasado formuláronse moitas definicións, pero usaremos nesta presentación do DRAE "Ciencia que aplica as leis da mecánica ás estruturas e órganos dos seres vivos" Facendo referencia á etimoloxía do termo require coñecementos de bioloxía e de mecánica newtoniana.</p> <p>Os contidos agrúpanse en cinco bloques temáticos: O primeiro dedícase ás conceptualización, historia e desenvolvemento da biomecánica; o segundo á aplicación dos conceptos básicos da mecánica clásica ao movemento humano; o terceiro a biomecánica das estruturas e tecidos corporais; o cuarto ao estudo das habilidades motrices básicas e o último ao estudo dos métodos e ferramentas de investigación en biomecánica.</p>				

## 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 biomecánicos. 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, na 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 cartílago 3.4.-Comportamento mecánico de tendones 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.- Patrons básicos de Movemento 4.4.-Conceptos básicos de ergonomía. Características ergonómicas do posto escolar. Ergonomía aplicada aos exercicios físicos 4.5.-Biomecánica da marcha 4.6.-Biomecánica da carreira 4.7.-Biomecánica dos saltos 4.8.-Biomecánica dos lanzamentos 4.9.-Biomecánica dos golpes
5.-Metodos e ferramentas de investigación en Biomecánica	5.1.-Métodos de análise cinemático. Métodos directos e indirectos 5.2.-Métodos 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	C7	2	0	2
Sesión maxistral	A22 A27 A29 A36 B1 B13 B20 C6 C8	20	52	72
Proba mixta	B2	2	0	2
Estudo de casos	A14 B3	10	20	30
Traballos tutelados	A19 A35 B10	6	24	30
Lecturas	A18 B9 B11	2	2	4
Análise de fontes documentais	C3	4	4	8
Atención personalizada		2	0	2

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición



Actividades iniciais	<p>Farase unha presentación da materia e resolveranse as cuestións que expoña o alumnado sobre a mesma. Realizarase unha avaliación 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...).</p> <p>Discutirase sobre a motivación do alumnado para afrontar os contidos desta materia e a importancia que teñen os coñecementos de biomecánica no deporte actual</p> <p>Proporcionaranse orientacións e consellos xerais para o estudo da materia</p>
Sesión maxistral	<p>Levaranse a cabo en grupo grande (60 alumnos/as)</p> <p>Exposición oral e resumida dos contidos máis importantes, complementada co uso de medios audiovisuais e a introdución dalgunhas preguntas dirixidas aos estudantes, coa finalidade de transmitir coñecementos e facilitar a aprendizaxe.</p>
Proba mixta	<p>Proba mixta que consta dunha proba obxectiva, na que se expón un número de preguntas entre 50 e 70 de tipo:</p> <p>-Preguntas de elección múltiple, nas que o alumnado deberá escoller a resposta correcta entre cinco posibles opcións.</p> <p>Achega o 70% da nota obtida na avaliación.</p>
Estudo de casos	<p>O alumnado 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/as estudantes enfrontaranse a un 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.</p>
Traballos tutelados	<p>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.</p> <p>Estes traballos realizaranse de forma individual ou en grupos de ata tres alumnos. Aporta o 20% da nota</p>
Lecturas	<p>Lectura de artigos ou capítulos de libros seleccionado para a profundización dalgúns temas</p>
Análise de fontes documentais	<p>Utilización de documentos audiovisuais, páxinas web e documentos bibliográficos relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos. Achega o 10% da nota</p>

## Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
<p>Traballos tutelados</p> <p>Análise de fontes documentais</p>	<p>A atención personalizada concrétase en diferentes situacións:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Asignación de tempo para cada alumno/a, mediante cita previa por correo electrónico (j.r.barral@udc.es), para que poida acudir á tutorías personalizadas co profesor, nas que se resolverán as dúbidas e daranse consellos para a aprendizaxe idónea da materia.</li> <li>- Interacción persoal co alumnado nas prácticas de pequeno grupo</li> <li>- Atención ás consultas personalizadas que se fagan a través do correo electrónico.</li> <li>- Revisión da proba obxectiva, na que se explicarán os erros nos conceptos básicos e aclararanse dúbidas.</li> </ul> <p>Os traballos estarán tutelados polo profesorado nas sesións prácticas e durante as tutorías, así como por correo electrónico.</p> <p>O alumnado con matrícula parcial terán atención do profesor na aula, no despacho nos horarios de tutorías e a través do correo electrónico, Moodle e Teams onde poderán acceder á documentación exposta na aula e aos traballos prácticos.</p> <p>Ademais poderán consultar todas as súas dúbidas por correo electrónico, ou concertando unha cita previa para manter unha conversación telefónica.</p>

## Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación



Proba mixta	B2	<p>Proba mixta que consta dunha proba obxectiva, na que se expón un número de preguntas entre 50 e 70 de tipo:</p> <p>-Probas de elección múltiple, nas que o alumno deberá escoller a resposta correcta entre cinco posibles opcións. Achega o 70% da nota obtida na avaliación.</p> <p>Puntuación = <math>(A - E/n - 1) \times 10/N</math></p> <p>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</p>	70
Traballos tutelados	A19 A35 B10	<p>O alumnado fará de 5 a 7 traballos durante o cuatrimestre nos que resolverán problemas nos que aplicarán a practica os contidos teóricos expicados na aula.</p> <p>Estes traballos realizaranse de forma individual ou en grupos de ata tres alumnos/as</p>	20
Análise de fontes documentais	C3	<p>Utilización de documentos audiovisuais, páxinas web e documentos bibliográficos relevantes para a temática da materia con actividades especificamente deseñadas para a análise dos mesmos.</p>	10

Observacións avaliación



A asistencia á aula non computa na avaliación, pero a participación no 70% o as sesións de pequeno grupo entregando os exercicios realizados nas citadas sesións é imprescindible para que os traballos sexan incluídos na avaliación.

A puntuación obtida polo alumnado será a suma aritmética da obtida en cada una das metodoloxías de avaliación, sin esixirse un mínimo en cada unha de elas.

O modelo de avaliación será o mesmo na 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.

Se se presentan novos traballos a nota destes substitúe á previa aínda que sexa inferior.

O alumnado con recoñecemento de dedicación a tempo parcial e dispensa

académica de exención de asistencia examínase coas mesmas características que o resto das estudantes salvo nos casos que polas súas especiais circunstancias sexa precisa algunha modificación. E o alumnado non terá a obriga de remitir ao profesor as tarefas realizadas nas sesións de pequeno grupo

Non existe unha proposta concreta para os/as estudantes con diversidade dado que existen moitas posibilidades na diversidade, pero faranse as adaptacións necesarias en cada caso para conseguir as solucións máis adecuadas.

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 7 días antes da data de avaliación.

Contéplase a posibilidade de opcións de avaliación alternativa para casos especiais e xustificadas

Si se realizasen probas on-line faríanse a través da plataforma Moodle ou Teams

A realización fraudulenta de proba ou actividades de avaliación implicará a cualificación de suspenso na convocatoria en que se cometa a falta e respecto da materia en que se cometese: o/a estudante será cualificado con ?suspenso? (nota numérica 0) na convocatoria correspondente do curso académico, tanto se a comisión da falta se produce na primeira oportunidade como na segunda. Para isto, procederase a modificar a súa cualificación na acta de primeira oportunidade, se fose necesario (Regulamento disciplinar do estudantado da UDC, art. 11, apdo 4 b). Entenderase 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 (Lei 3/2022, do 24 de febreiro, de convivencia universitaria; art. 11, apdo g).

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; Matrícula de Honra (graciable a partir de 9).

## Fontes de información

### Bibliografía básica

- AGUADO JODAR, x (1993). Eficacia y Técnica Deportiva. Análisis del Movimiento Humano. Ed. INDE
- AGUADO JODAR X., IZQUIERDO R.M., GONZÁLEZ PÉREZ M. J..L. (1997). Biomecánica fuera y dentro del laboratorio. Servicio de Publicaciones de la Universidad de León
- HAMILL J., KNUTZEEN K., DERRICK T. (2017). Biomecánica. Bases del Movimiento Humano. Ed. Lippincott
- GUTIERREZ DAVILA M (2015). Fundamentos de Biomecánica Deportiva. Ed, Síntesis
- PEREZ SORIANO P. (2018). Metodología y Aplicación Práctica de la Biomecánica Deportiva. Ed. Paidotribo
- BLAZEVICH ANTHONY (2007). Biomecánica Deportiva. Manual para la mejora del Rendimiento Humani. Ed. Paidotribo
- 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
- LLANA BELLOCH S., PEREZ SORIANO P. (2014). Biomecánica Básica Aplicda a la Actividad Física y el Deporte. Ed. Paidotribo
- VIEL E (2002). La marcha humana, la carrera y el salto. Ed. Masson



<b>Bibliografía complementaria</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- ALEXANDER R.M. (1992). The Human Machine. Natural History Museum, Stationery Office Books</li><li>- IZQUIERDO M. (2008). Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte. Ed. Panamericana</li><li>- CROMER A.H. (1986). Física para las Ciencias de la Vida. Ed. Reverter</li><li>- LLANOS ALCAZAR F. (1988). Biomecánica del Aparato Locomotor. Editorial de la Universidad Complutense</li><li>- RICHARDS JIM (2008). Biomechanics in Clinics and Research. Ed. Churchill Livingstone</li><li>- VERA P., HOYOSJ.V., NIETO J. (1985). Biomecánica del Aparato Locomotor. Ed. IBV</li></ul>
------------------------------------	--

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

Anatomía e cinesiología do movemento humano/620G01002

Bases da educación física e deportiva/620G01004

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Aprendizaxe e control motor/620G01012

Fisiología do exercicio I/620G01013

### Materias que continúan o temario

Fisiología do exercicio II/620G01025

Metodología do rendemento deportivo/620G01024

Tecnología en actividade física e deporte/620G01034

Teoría e práctica do adestramento deportivo/620G01037

## Observacións

O acceso do alumnado aos estudos do Grado en Ciencias da Actividade Física en o Deporte pode facerse dende calquera dos itinerarios de Bachelato. Esta asignatura precisa que os estudantes posúan certos coñecementos previos no ámbito da física e das matemáticas, no caso de non telos e recomendable repasar os conceptos básicos nalgún dos textos recomendados na bibliografía. 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 cuatrimestral, 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