



Guía Docente				
Datos Identificativos				2023/24
Asignatura (*)	Iniciación en deportes VI (vela, ou outras actividades deportivas emerxentes)(optativa)		Código	620G01045
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptorios				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	2º cuatrimestre	Cuarto	Optativa	6
Idioma	Castelán			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Ripoll Alberti, Antonio	Correo electrónico	antonio.ripoll@udc.es	
Profesorado	Ripoll Alberti, Antonio	Correo electrónico	antonio.ripoll@udc.es	
Web				
Descrición xeral	<p>Iniciación ás técnicas de navegación e manobras en Vela Lixeira. Estudo específico da metodoloxía do ensino da Vela, os medios materiais utilizados e a lexislación aplicable.</p> <p>Fundamentos técnico-tácticos e didácticos das habilidades específicas da Vela.</p> <p>Estudo descritivo dos elementos dun veleiro. A súa nomenclatura específica. Fundamentos Físicos, Técnico-Tácticos e Estratéxicos da Navegación e Competición en Vela Lixeira. Didáctica específica para o seu ensino-aprendizaxe.</p>			

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título
A4	Coñecer e comprender as bases que aporta a educación física á formación das persoas.
A5	Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.
A8	Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino ? aprendizaxe, relativos á actividade física e o deporte, con atención e titorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).
A10	Coñecer os distintos niveis da lexislación educativa e aplicar os fundamentos básicos que promove en canto á Planificación e Programación Didáctica da Educación Física nas etapas educativas.
A11	Posuír o conxunto de habilidades ou competencias docentes que faciliten o proceso de ensino-aprendizaxe na aula de educación física.
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.
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.
A25	Identificar e comprender os requisitos psicomotores e sociomotores das habilidades deportivas, executando basicamente as habilidades motrices específicas dun conxunto de deportes, considerando as diferenzas por xénero.
A26	Identificar e aplicar as peculiaridades didácticas de cada especialidade deportiva na intención pedagóxica dos diferentes ámbitos de intervención.
A29	Identificar os riscos para a saúde que se derivan da práctica de actividade física insuficiente e inadecuada en calquera colectivo ou grupo social.
A30	Aplicar técnicas e protocolos que lle permitan asistir como primeiro interviniente en caso de accidente ou situación de emerxencia, aplicando, de ser necesario, os primeiros auxilios.
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.
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.
B5	Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán.
B8	Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.
B11	Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.
B12	Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.
B14	Comprender e aplicar a lexislación vixente relativa ao marco das actividades físicas e deportivas nos distintos ámbitos: educación, deporte, xestión, lecer e saúde.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Coñecer as características e nomenclatura básicas dunha embarcación a vela e do medio no que navega; así como as regras básicas para previr abordaxes no mar e os aspectos específicos preventivos en canto á seguridade, a hixiene e o medioambiente.	A5 A25 A33	B1	C7
Dirixir e tripular unha embarcación a vela a todos os rumbos manobrando con seguridade, en condicións de vento de ata forza 4 da escala Beaufort.	A8 A11 A21 A25 A26	B2	C7
Aplicar os coñecementos adquiridos en favor dunha práctica segura e efeciente.	A4 A5 A21 A26 A29 A30 A33	B1 B2 B5 B8 B11 B12	C7
Coñecemento da metodoloxía de ensino-aprendizaxe e do adestramento específico en vela.	A4 A5 A8 A11 A26 A33	B1	C7
Deseñar un programa didáctico de iniciación deportiva específico de vela	A4 A5 A8 A11 A17 A19 A21 A26 A33	B1	C7
Coñecer o marco lexislativo específico do deporte da vela no Estado e as Comunidades Autónomas como principio do desenvolvemento profesional nesta modalidade deportiva.	A10	B12 B14	C7

Contidos	
Temas	Subtemas



Materiais, construción e nomenclatura dunha embarcación a vela	<p>Evolución histórica da navegación a vela e os seus aparellos.</p> <p>Materiais e construción de embarcacións deportivas.</p> <p>Dimensións, nomenclatura e terminología do casco e do aparello dun veleiro.</p> <p>Tipoloxía dos cabos e nós fundamentais</p>
La seguridade nas actividades náutico deportivas	<p>O proceso da seguridade nun centro náutico deportivo</p> <p>Regulamento para previr abordaxes no mar</p> <p>Dispositivos de seguridade e de salvamento</p>
Meteorología y Oceanografía	<p>Variables metereolóxicas e vos seus instrumentos de medición</p> <p>As correntes e a ondada</p>
Fundamentos físicos da navegación	<p>Principios de teoría do buque: flotabilidade, evolución e estabilidade.</p> <p>Aerodinámica e hidrodinámica aplicadas ao veleiro.</p>
Técnicas de navegación e manobras	<p>Os rumbos e a navegación a vela.</p> <p>As manobras básicas na navegación a vela.</p> <p>Efectos do vento e a corrente na navegación e manobras.</p>
Didáctica e metodoloxía do ensino-aprendizaxe do deporte da vela	<p>Principios metodolóxicos e didácticos aplicados ao ensino da vela.</p> <p>A programación do ensino da vela. A sesión e as tarefas.</p> <p>O sistema de estándares na iniciación ao deporte da vela.</p> <p>Areas, técnicas e instrumentos de avaliación.</p>

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Práctica de actividade física	A4 A21 A25 A26 B8 B12	22	20	42
Sesión maxistral	B1 B11 B14	10	20	30
Saídas de campo	B5 B14 C7	2	10	12
Obradoiro	A30 B2	2	5	7
Portafolios do alumno	A8 A11 A19	1	30	31
Esquemas	B11	2	5	7
Actividades iniciais	A33	1	1	2
Proba mixta	A5 A8 A26 B1	2	15	17
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
Práctica de actividade física	<p>Sesións prácticas de aparelado, cabuyería, técnicas básicas de seguridade, navegación e manobras en seco. Realizadas as mesmas o estudante deberá superar a puntuación mínima de 5 puntos sobre 10 da correspondente proba mixta inicial, para obter a capacitación e acceso ás prácticas de navegación real sobre embarcacións colectivas en augas da Ría da Coruña dentro do calendario e horarios previstos.</p> <p>Imprescindible roupa e calzado adecuados e comprensión do idioma castelán.</p>
Sesión maxistral	<p>Desenvolvemento do programa de contidos da materia.</p> <p>Impartirase na aula náutica da UDC ou a través da plataforma Teams.</p>
Saídas de campo	<p>Visita a astillero, velería, salvamento marítimo, sustituyendo los días nos que as condicións meteorolóxicas non aconsellen sair o mar y sempre que sea viable.</p>
Obradoiro	<p>Nós e materiais de construción e reparación en fibra de vidro.</p>
Portafolios do alumno	<p>Diario de sesións teórico-prácticas, talleres, obradoiros e saídas de campo.</p>
Esquemas	<p>Realización de esquemas-resumen de dous temas a proposta do profesor</p>



Actividades iniciais	Presentación da materia e explicación da GD
Proba mixta	<p>Realizaranse dous:</p> <p>A primeira, previa á navegación práctica real: Será necesario superala con 5 puntos sobre 10 antes de ser admitido a prácticas de mar.</p> <p>A segunda, na data prevista de exame aprobada pola Xunta de Facultade. Esta proba final, poderase dividir en dous exames parciais ao longo do cuadrimestre, sempre dentro do horario habilitado para a materia..</p> <p>O alumnado coñecerá as datas de todas as probas cunha antelación mínima de 10 días.</p>

### Atención personalizada

Metodoloxías	Descrición
Práctica de actividade física	<p>Estudantes admitidos-as ás Prácticas de Navegación Reais (unha vez superada a proba mixta inicial): O profesor atenderá en terra as cuestións que expoñan o alumnado previas á sesión práctica e igualmente durante a práctica, na medida en que as circunstancias o permitan. Ao finalizar a práctica levará a cabo unha reunión colectiva co fin de analizar as tarefas realizadas, os erros cometidos e propor solucións aos casos presentados.</p> <p>Aqueles estudantes que non superen o 50% da puntuación na proba mixta inicial, non serán admitidos ás Prácticas de Navegación Rea, e en substitución das mesmas realizarán prácticas de navegación virtual a través do software "Boat Scenario" e as plataformas web que o profesor determine no seu momento.</p>

### Avaliación

Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Práctica de actividade física	A4 A21 A25 A26 B8 B12	Evaluación continua.	25
Saídas de campo	B5 B14 C7	Visita guiada a velera, estaleiro e Salvamento Marítimo. Asistencia e anotación en portafolio do alumno para obter a máxima puntuación.	5
Obradoiro	A30 B2	Asistencia obrigatoria a un dos dous obradoiros programados: 1.- Traballos con cabos e nós. 2.- Traballos con fibra de vidro. Asistencia e anotación no portafolio para obter a máxima puntuación.	5
Portafolios do alumno	A8 A11 A19	Presentación do Diario de prácticas realizadas polo estudante.	20
Esquemas	B11	Realización de resumos esquematizados de dúas sesións prácticas desenvolvidas ao longo do curso a proposta do profesor.	5
Proba mixta	A5 A8 A26 B1	Desenvolvemento de dúas probas: inicial 20% e final 20%. O alumnado responderá a preguntas de entre os contidos da materia tratados ata a data da proba. Na proba final: Valorarase especialmente o apoio do texto por medio de debuxos e esquemas. Exporase un suposto práctico consistente en desenvolver sobre papel o percorrido correspondente a unha navegación entre balizas en diferentes rumbos explicando as manobras realizadas.	40

### Observacións avaliación



Programaranse 12 sesións prácticas de navegación real entre as datas e horarios aprobados en Xunta de Centro co obxectivo de realizar 10 (22 horas en total), de forma que 2 sesións quedarán de reserva por se fose necesario substituír a aquelas sesións que non se puideron realizar por mor da meteoroloxía ou outra causa allea ao alumnado.

Os estudantes que non superen a proba mixta inicial levarán a cabo igual número de prácticas que quen si a supere, coa diferenza de que estas non se realizarán en mar, senón en terra e a través do software "Boat Scenario" e as plataformas web que o profesor determine. A porcentaxe máxima da cualificación das prácticas a través de software só proporcionará o 10% da cualificación total da materia.

Nas dúas oportunidades de avaliación é necesario obter 5 puntos para superar a materia. A nota final será a media ponderada de cada unha das partes da avaliación.

Na primeira oportunidade, a cualificación final virá determinada de acordo ás porcentaxes de cada unha das metodoloxías establecidas nesta GD. A porcentaxe da cualificación das metodoloxías de avaliación que non se poidan levar a cabo, pasarán a incrementar a porcentaxe da metodoloxía "proba mixta".

Na segunda oportunidade de avaliación, a proba mixta comprenderá o 100% da nota final correspondendo á parte teórica o 40% e ao suposto práctico o 60%.

Alumnado con matrícula parcial, en calquera das oportunidades ou convocatorias de avaliación, lesionados-as ou asimilados-as, acordarase co profesor a forma de avaliación.

O idioma de impartición de clases e de realización da proba mixta é o castelán. Se o alumnado desexa realizar a proba mixta noutro idioma deberá solicitalo por escrito ao profesor, con dez días de antelación.

Para ser avaliado-a en a práctica, é imprescindible asistir ao 70% das sesións prácticas ben sexan "reais ou "virtuais". Caso de non cumprir devandita porcentaxe, a cualificación neste apartado será cero (0) puntos.

O portafolio do estudante, baseado en prácticas reais ou virtuais segundo o caso, non será substituído por ningunha outra metodoloxía na convocatoria de primeira oportunidade. Non será esixible na segunda.

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).

Se se realizan probas on-line, empregarase a plataforma da UDC

## Fontes de información

<b>Bibliografía básica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fitera Gomez, J. (1987). Iniciación a la Vela y sus Fundamentos Físicos. Madrid: Alhambra</li> <li>- Fitera Gomez, J. (1992). Didáctica del Deporte de la Vela. Madrid: Campomanes</li> <li>- Renom Pinsach, J. (2002). Entrenamiento Psicológico en Vela. Madrid: Tutor</li> <li>- Renom Pinsach, J. (2004). Metodología de la Enseñanza de la Vela. Madrid: Tutor</li> </ul>
<b>Bibliografía complementaria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Benavides Alcibar, J.M. (1995). Metodología del Entrenamiento de la Vela. Gobierno Vasco</li> <li>- Sánchez-Cuenca Alomar, M. (2005). Entrenamiento y Regata. Palma: Ramón Llull</li> </ul>

## Recomendacións

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

**Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

**Materias que continúan o temario**

**Observacións**



É imprescindible saber nadar para cursar a materia e ter alto nivel de comprensión do castelán en caso de estudantes Erasmus. Antes de matricularse nesta materia, ou alumnado debe asegurarse ter dispoñibilidade horaria en todas os días da semana en que está programada a materia, tendo en conta ademais, que a localización da aula Náutica na Coruña, require desprazamento. En función das circunstancias e número de estudantes matriculados, poderíase concentrar a docencia práctica do cuadrimestre coa finalidade de unha mellor transferencia do coñecemento e fixamento das diferentes técnicas do entre as sesións prácticas. Coa finalidade de mellorar o sistema de garantía interna de calidade do noso centro, sería conveniente que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuadrimestral, respecto de participar no proceso de avaliación das materias cursadas e cuxa notificación realiza co 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