



Guía Docente

Datos Identificativos					2024/25
Asignatura (*)	Bases da educación física e deportiva			Código	620G01004
Titulación					
Descritores					
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos	
Grao	1º cuatrimestre	Primeiro	Formación básica	6	
Idioma	CastelánGalego				
Modalidade docente	Presencial				
Prerrequisitos					
Departamento	Educación Física e Deportiva				
Coordinación	Vázquez Lazo, Juan Carlos	Correo electrónico	juan.lazo@udc.es		
Profesorado	Vázquez Lazo, Juan Carlos	Correo electrónico	juan.lazo@udc.es		
Web					
Descrición xeral	<p>O deporte e unha manifestación da motricidade humana que ven a ocupar un importante lugar dentro da Educación Física. Para a Pobracion en xeral unha das manifestacions mais fáciles de recoñecer e identificar, e que reflexa un desenrrolo específico da capacidade de movemento do ser humano. Pero, para que calquiera especialidade deportiva chegue realmente a uns niveles altos de dominio exige un proceso previo de construción sólidamente asentado sobre as bases da motricidade.</p> <p>A asignatura ?Bases de la Educación Física y Deportiva? introduce a o alumno no coñecimento e análise dos elementos sobre os que se organiza a motricidade das persoas, tanto o longo de sua etapa da educación obrigatoria a través da Educación Física, como en calquiera proceso de iniciación deportiva feito nalgún momento do seu ciclo vital.</p> <p>Pretende dotar a o alumno da competencia para identificar os elementos fundamentais (capacidades e habilidades) sobre os que se construa motricidade de calquera deporte, caracterizado por unhas estruturas formais e funcionáis particulares. A intención final e que o alumno sepa adaptar as exigencias que plantexa calquera deporte para diseñar un bon proceso de iniciación según sexan as características dos posibles alumnos co os que vaia a traballar no futuro, contribuyendo con elo a facilitar un desenrrolo motor acorde ca etapa evolutiva na que éstos se atopen.</p> <p>Os contidos abordados nesta asignatura van ter continuidade directa en todas as materias de deportes que impartense o longo do grado sendo, po lo tanto, unha materia obrigatoria que terá aplicacións en múltiples agros.</p>				

Competencias / Resultados do título

Código	Competencias / Resultados do título
--------	-------------------------------------

Resultados da aprendizaxe

Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título
---------------------------	-------------------------------------



- Coñecer os elementos estruturais da motricidade humana	A2 A4 A16 A18 A31	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
- Coñecer a evolución da motricidade humana ao longo do ciclo vital (desenvolvemento motor)	A4 A7 A8 A14 A16 A18 A23	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8



- Coñecer os elementos estruturais do deporte en xeral.	A25 A26 A29 A32 A33 A34	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
- Recoñecer las exigencias motrices específicas dun deporte en particular.	A3 A16 A25 A26	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8



- Comprender os principios básicos do proceso de iniciación deportiva nos diferentes ambitos de intervencion (diferenciado do proceso de rendemento/competición).	A9 A26 A27 A32 A33 A34	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
- Analizar a estrutura do deporte.	A25 A35 A36	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8



Activar e crear estruturas aplicables a o proceso de iniciación deportivo calquera que sexan os seus ambitos	A26	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B14 B15 B16 B17 B18 B19 B20	C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8
--	-----	---	--

Contidos	
Temas	Subtemas



<p>1.- Conceptualización</p>	<p>1.1.Observacións sobre deportes e Preguntas proceso de iniciación 1.2.Algunas temas xorden sobre a cuestión 1.2.1.¿A que idade para comezar un deporte? 1.2.2.¿Cómo presenta-los para o deporte? 1.2.3.Cada fillo / a é un campión no poder? 1.2.4.¿Es necesario dominio técnico previo do deporte? Está ostentando éxito resultado 1.2.5.El dos practicantes de pirámide? 1.2.6.¿Es debe comezar en tenra idade? 1.2.7.Los aprendizaxe inicial errada Será que levar a vicios incorrixisbles? deporte 1.2.8.La e educación saudable é en si? 1.2.9.¿Cómo escoller un deporte? 1.2.10.¿Cuál é a importancia da actividade física no desenvolvemento do neno? 1.2.11.¿Cuál é o papel dos pais? 1.3.Etapas Sports 1.3.1.Etapa formación profesional 1.3.3.Nivel 1,4 1.3.2.Alto rendemento. Outras preguntas relacionadas composición corporal: tamaño, peso, graxa, ósos e músculos, sobre o proceso de iniciación (Alta Idade) 1.4.1.¿Cómo un neno medra? exercicio 1.4.2.¿El influencia o &quot;brote de crecemento&quot; de adolescentes; é dicir, na súa maduración somática (PHV)? máis 1.4.3.¿Crece neno facer deporte? 1.4.4.¿Cómo un neno a practicar un deporte pode deixar de crecer? 1.4.5.¿Es neno máis fino facer deporte? 1.4.6.¿Cómo óso maduro dun neno? 1.4.7.El exercer influencia maduración ósea dun neno? 1.4.8.¿El muscular dun neno / adolescente que adestra regularmente encaixa como un adulto? 1.4.9.¿Se pode cambiar o tipo de músculo en un neno tras unha formación específica (aeróbic, velocidade ...)? 1.5.Madurez Biolóxica e rendemento físico 1.5.1.¿Cómo maduración sexual dun neno é valorada? influencias exercicio 1.5.2.¿El maduración sexual? neno 1.5.3.¿Un cunha vantaxe inicial, cando a madurez competencia ten outro fillo con caducidade atrasado? 1.5.4.¿Esta vantaxe &quot;biolóxica&quot; é igual para nenos e para nenas? 1.5.5.¿Cómo a forza máxima desenvolve no neno? 1.5.6.¿Cómo potencia aeróbica máxima (VO2max) desenvólvese no neno? El 1.5.7.Siguiendo con traballo aeróbico, como limiar anaeróbico desenvolve no neno? 1.5.8.¿Cómo a capacidade de traballo anaeróbico desenvolve no neno? 1.6.El Neno e do Deporte Competición 1.6.1.¿Dónde é a fronteira entre o exercicio saudable e exercicio físico saudable? 1.6.2.¿Es aconsellable para un neno ou adolescente adestrada forza? 1.6.3.¿En este adestramento de forza idade tamén pode axudar a previr varias enfermidades? 1.7.Aspectos Unha nota sobre a iniciación deportiva en nenos: 1.7.1.El neno non é un adulto en miniatura</p>
<p>2.- Individuo e motricidade</p>	<p>2.1. Esquema corporal 2.1.1. Exes 2.1.2. Planos 2.2. Evolución motriz 2.2.1. Habilidades 2.2.1.1 Rudimentarias 2.2.1.2. Básicas 2.2.1.3. Específicas 2.2.2. Automatismos 2.2.3. Destrezas</p>



<p>4.- Proceso da iniciación deportiva</p>	<ul style="list-style-type: none">4.1.La Iniciación4.1.1.Elementos sobre os que hay que actuar pra que a acción sexa educativa4.1.2.Características a desenrrolar4.1.3.Contidos4.2.El Desenrrolo4.2.1.Contidos4.3.El Perfeccionamiento4.3.1.Obxetivos principais4.3.2.Características4.3.3.Contidos4.4.Riscos Da Excesiva Práctica Deportiva4.4.1.Trastornos óseos y musculares4.4.2.Trastornos clínicos4.4.3.Trastornos psicológicos4.4.4.Efectos do sobreentrenamiento
<p>3.- Evolución e desenrrolo da motricidade por medio do deporte. Tratamento didáctico do deporte no proceso de iniciación.</p>	<ul style="list-style-type: none">3.1.Introducción3.2.Aspectos Cognitivos do Deporte3.3.Comprensión e Toma De Decisions3.4.Aprendizaxe Motor Dos xogos Deportivos3.5.Los xogos Modificados3.6.Modelos De Enseñanza Dos xogos Deportivos3.6.1.Modelos verticais(Horst Wein. 1993. En España Usero y Rubio. 1993)3.6.2.Modelos horizontais3.7.O deporte no ámbito escolar3.8.Deporte escolar pra todos o a presión de gañar un partido3.9.Características básicas do deporte no ámbito escolar3.9.1.Introducción3.9.2.Orientaciones do deporte3.9.3.Características básicas do deporte no ámbito deportivo3.9.4.Conclusions3.10. ¿Qué se faien nunha escola deportiva? ¿Pode uno divertirse y aprender o mesmo tempo?3.10.1.Introducción3.10.2.¿Qué finalidade persigue nosa escola deportiva?3.10.3.¿Qué elementos configuran a metodoloxía?3.10.4.Factores que condicionan a programación e, por tanto, as intervencions didácticas3.10.5.¿Qué modelo de ensino podemos emplear nas nosas sesiones?3.10.6.Características dos diferentes elementos metodolóxicos relacionados co deporte3.10.7.Aspectos positivos das diferentes metodoloxías3.10.8.A organización como recurso metodolóxico e a sua relación ca seguridade3.10.9.Recomendacions para pais y técnicos3.11. A educación en valores e o deporte federativo a nivel infantil



<p>5.- Desenrrolo e posta en practica do proceso da iniciación: Obxetivos</p>	<p>5.1.- Plantexamentos metodolóxicos 5.1.1.- Os métodos tradicionais 5.1.2.- Os métodos activos 5.1.3.- Principios esenciais no ensino dos deportes nos métodos activos 5.2.- Premisas didácticas pra o ensino dos deportes 5.2.1.O método utilizado teñe que comprometer o alumno pra realizar unha actividade práctica 5.2.2.O tempo asignado a tarefa deberá ser suficiente pra que o alumno a aprenda 5.2.3.A presentación dos exercicios debe estar acorde ca súa complexidade 5.2.4.As diferentes formas de coñecemento dos resultados deberán emplearse ca asiduidade e profundidade 5.3.Criterios Pra a Elaboración DUn Programa De Iniciación Deportiva 5.4.Principais Diferencias Entre Enfoques De Iniciación 5.5.Os Modelos Alternativos De ensino na Iniciación Deportiva 5.5.1.Introducción 5.5.2.Clasificacions dos modelos de iniciación deportiva</p>
<p>6.-Situación da materia no marco global da educación e particularmente da educación física (ámbito básico)</p>	<p>6.1.Introducción 6.2.Os Obxetivos Da Área Da Educación Física 6.2.1.Obxetivos xerais 6.3.Los Contidos Da Educación Física 6.3.1.O corpo: imaxen e percepción 6.3.2.O corpo: habilidades e destrezas 6.3.3.O corpo: expresión e comunicación 6.3.4.Salud corporal 6.3.5.Os xogos 6.4.Criterios De Evaluación</p>



7.- Aspectos a ter en conta no proceso de iniciación deportiva

- 7.1.Introducción
- 7.2.Características, Maduración eDesarrollo do Individuo Que Aprende.
- 7.3.Estructura Da Actividade A Ensinar
 - 7.3.1.A técnica o modelos de execución
 - 7.3.2.O regulamento do xogo
 - 7.3.3.O espacio de xogo
 - 7.3.4.O espacio/tempo deportivo
 - 7.3.5.A comunicación motriz
 - 7.3.6.A estrategia motriz
- 7.4.Coñecer e Comprender Un Deporte
- 7.5.Diferentes maneiras De Clasificación Dos Deportes
 - 7.5.1.Clasificación en función da tarefa motriz (Castejón. 1995)
 - 7.5.2.Clasificación en función de la relación entre o deportista e o móvil (Fitts. 1986)
 - 7.5.3.Clasificación en función de la experiencia vivida (Bouet. 1968)
 - 7.5.4.Clasificación en función del obxectivo (Dudley. 1986)
 - 7.5.5.Clasificación en función da habilidade requerida (Mauldon y Redfern. 1990)
 - 7.5.6.Clasificaciones en función do espacio (Ellis. 1990 y Thorpe, Bunker y Almond. 1990)
 - 7.5.7.Clasificación en función da orientación pedagóxica (Durand, G. 1969)
 - 7.5.8.Clasificación en función do tipo de esforzo requerido (L.P. Matveyev. 1983)
 - 7.5.9.Clasificación en función da información recibida e da la decisión a tomar (Marteniuk. 1976)
 - 7.5.10.Clasificación en función do grado de dificultade de execución (Fitts, P.M. 1965)
 - 7.5.11.Clasificación en función do tipo de exercicios que se desenrollan cara a competición (Matveiev, L. 1976)
 - 7.5.12.Clasificación en función da continuidade o aumento da complexidade estrutural da tarefa deportiva (Kanap, B. 1979)
 - 7.5.13.Clasificación en función da maior ou menor complexidade da actividade e do dominio corporal necesario (Tessie, J. 1971)
 - 7.5.14.Clasificación en función da formación (Read, B. y Devis, J. 1990)
 - 7.5.15.Clasificación baixo un criterio xeral (Manno, R. 1991)
 - 7.5.16.Clasificación desde una perspectiva fisiolóxica (Dal Monte 1977)
 - 7.5.17.Novas tendencias de clasificación
- 7.6.Deportes Individuais, De Adversario e Coletivos: Clasificación
 - 7.6.1.Clasificación dos deportes individuais según Enric María Sebastiani i Obrador (1995)
 - 7.6.2.Clasificación dos deportes de adversario según M. Blázquez (1997)
 - 7.6.3.Clasificación dos deportes de equipo según D. Blázquez y J. Hernández-Moreno (1984)
- 7.7.Secuenciación no Aprendizaxe
 - 7.7.1.FASE 1: Desenrrolo das habilidades perceptivas a través das tarefas motrices habituais
 - 7.7.2.FASE 2: Desenrrolo das habilidades e destrezas básicas



7.7.3.FASE 3: Iniciación as tarefas motrices específicas

7.7.4.FASE IV: Desenrrolo das tarefas motrices específicas y desenrrolo da condición xeeral



8.- A contribución educativa ao proceso de iniciación	<ul style="list-style-type: none"> 8.1.Introducción 8.2.Outros Aspectos A desenrollar Ademais Do Perceptivo e Motor 8.2.1.Actitudes 8.2.2.Valores 8.2.3.Normas 8.3.Orientacións na Práctica 8.3.1.de actitudes 8.3.2.Desenrolo arrollo de valores 8.3.3.Desenrolo de normas 8.4.Deporte e Calidade De Vida 8.4.1.Educación para o ocio e o tempo libre 8.5.As Actividades Deportivas Extraescolares 8.5.1.A avaliación do programa 8.6.¿Es o deporte un contido formativo no ámbito escolar? 8.6.1.Introducción 8.6.2.El deporte como contido formativo 8.6.3.Qué no podo facer 8.6.4.Quén determina o deporte 8.6.5.Cómo se fai 8.6.6.Qué deportes, uns si e outros non 8.6.7.O deporte no proceso do ensino aprendizaxe 8.6.8.Reglas e coñecementos previos 8.6.9.Táctica e técnica deportiva. o movemento intelixente 8.6.10.Os deportes modificados como base pra o ensino e o aprendizaxe deportivo
---	--

Planificación				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Recensión bibliográfica	A3 A4 A7 A8 A14 A16 A18 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A33 B1 B2 B15 B16 B19 B20 C1 C4 C7 C8	3	6	9
Sesión maxistral	A3 A14 A16 A18 A23 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B12 B13 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C4 C5 C6 C7 C8	31	31	62
Proba mixta	A2 A4 A7 A8 A9 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B5 B6 B11 B12 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C2 C3 C4 C7 C8	2	4	6



Estudo de casos	A31 B1 B2 B3 B4 B7 B8 B9 B10 B11 B13 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8	14	56	70
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
Recensión bibliográfica	O alumno deberá de coller de maneira particular un Mapa conceptual o final do cuatrimestre que sintetice a totalidade dos contidos presentados durante curso, ou ben esquematizar un dos temas específicos cos que se traballe durante o mesmo.
Sesión maxistral	Impartirase por parte do docente de maneira teórica e con o obxectivo dual de exposición e orientación sobre os contidos da disciplina.
Proba mixta	Realizarase na data determinada polo Departamento e constará de dúas partes diferenciadas: unha de rendimento teórico e a outra de resolución dun caso práctico.
Estudo de casos	Farase ca presentación y realización dos 14 Casos prácticos feitos durante o cuatrimestre. E obligatoria a asua presentación y asistencia a cada un deles respetando as datas sinaladas para tal fin.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descrición
Recensión bibliográfica Estudo de casos	Asimismo os grupos de traballo deberán de pasar periódicamente para revisar a evolución de suas revisions y continidos e obter o visto bo para continuar ca elaboración do mesmo. O alumno deberá de asistir a tutoría para determinar o contido y temática do mapa conceptual, así como as revisións periódicas sinaladas polo docente. Do mesmo xeito o alumno poderá acceder a debatir, suxerir, e intercambiar calquera aportación o dubida que se lle plantexe no transcurso do desenrolo do curso, xa sexa previa cita solicitada así como nas tutorías sinaladas para tal finalidade.

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Proba mixta	A2 A4 A7 A8 A9 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A34 A35 A36 B1 B2 B3 B5 B6 B11 B12 B14 B15 B17 B18 B19 B20 C1 C2 C3 C4 C7 C8	Constará de dúas partes: 1º enquisas de carácter teórico - valor 30%, constará de 4 enquisas cortas. 2º resolución dun caso práctico - valor 40% Haberá de ser superado co o 50% da nota para poder optar a media entre elas y cada unha do resto de las metodoloxías da avaliación.	70
Recensión bibliográfica	A3 A4 A7 A8 A14 A16 A18 A23 A25 A26 A27 A29 A31 A32 A33 B1 B2 B15 B16 B19 B20 C1 C4 C7 C8	Presentarase na mema data da celebración da proba mixta sinalada polo Departamento. Non e obligatoria a sua presentación para poder optar a media do resto das calificacións. Asignarase un tema dos contidos da materia e o alumno deberá de presentar un resumo bibliográfico de po lo menos 10 artigos actualizados , debidamente fundamentados.	10
Estudo de casos	A31 B1 B2 B3 B4 B7 B8 B9 B10 B11 B13 C1 C2 C3 C4 C5 C6 C7 C8	Constará ca entrega dos 14 casos prácticos que se desenvolverán durante o cuatrimestre e entregaránse nas datas a determinar . E obligatoria sua presentación para poder optar a media final. Si se da o caso da sua no presentacia, na segunda oportunidade se calificará soamente sobre as notas obtidas na proba mixta.	20



Observacións avaliación

No caso de reprobar a disciplina no primeiro cuatrimestre o alumno deberase soamente presentar a o exame da 2ª oportunidade (Xullo) daquelas partes donde no alcanzase o aprobado. Nas seguintes convocatorias voltará a ter que presentarse a totalidade do exame teórico (proba mixta), reservándose a calificacións da recensión bibliográfica e dos casos prácticos na memoria de o seu expediente para as seguintes convocatorias.

Para a realización da proba mixta deberase de comunicar o responsable da asignatura a necesidade de facer dita proba en idioma galego a semana anterior a la data sinalada para tal fin. No caso de non ser comunicado se realizará no idioma castelán.

Na circunstancia da matrícula parcial do alumno, este tera que cumprimentar os requisitos establecidos no mesmo xeito co resto do alumnado o de necesitalo comunicarllo ao responsable da materia quen o adaptará en base as posibilidades.

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.

O exame estará no idioma de impartición da materia, se se desexa no outro idioma oficial da UDC, solicitarase unha semana antes da data de realización.

"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.

Fontes de información

Bibliografía básica

- Hernández Moreno (1994). Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona. INDE
- Vázquez Lazo, J.C. (1988). Análisis estructural del hockey. A Coruña. CTP-UDC
- Moreno, J.A. y Rodríguez, P.L. (1996). Aprendizaje deportivo. Murcia. UDMurcia
- Vázquez Lazo, J.C. (1898). Evolución y características del análisis funcional sociomotriz en relación al rugby. A Coruña. CTP-UDC
- Castejón, J. (1995). Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas. Madrid. Dyckinson
- Vázquez Lazo, J.C. (2004). Iniciación al rugby. Madrid. Gymnos
- Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. Madrid. Paidotribo
- Blázquez, D. (1999). La Iniciación Deportiva y el Deporte escolar. Barcelona. INDE

Bibliografía complementaria

Recomendacións

Materias que se recomenda ter cursado previamente

Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Materias que continúan o temario

Observacións



Esta asignatura relacionase de xeito directo con todas aquelas disciplinas vinculadas a o proceso de iniciación deportiva. Da mesma maneira presenta unha base sólida para a progresión y establecemento en relación os diferentes ámbitos de traballo, xa sexa iniciación específica o entrenamiento-competición. 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