



Teaching Guide

Teaching Guide				
Identifying Data				2023/24
Subject (*)	Introduction to Sports VI (sailing or other emerging sports) (optional)		Code	620G01045
Study programme	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptors				
Cycle	Period	Year	Type	Credits
Graduate	2nd four-month period	Fourth	Optional	6
Language	Spanish			
Teaching method	Face-to-face			
Prerequisites				
Department	Educación Física e Deportiva			
Coordinador	Ripoll Alberti, Antonio	E-mail	antonio.ripoll@udc.es	
Lecturers	Ripoll Alberti, Antonio	E-mail	antonio.ripoll@udc.es	
Web				
General description	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. Fundamentos técnico-tácticos e didácticos das habilidades específicas da Vela. 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.			

Study programme competences

Code	Study programme competences
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.

Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences		
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

Contents	
Topic	Sub-topic



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

Planning				
Methodologies / tests	Competencies	Ordinary class hours	Student's personal work hours	Total hours
Physical exercise	A4 A21 A25 A26 B8 B12	22	20	42
Guest lecture / keynote speech	B1 B11 B14	10	20	30
Field trip	B5 B14 C7	2	10	12
Workshop	A30 B2	2	5	7
Student portfolio	A8 A11 A19	1	30	31
Diagramming	B11	2	5	7
Introductory activities	A33	1	1	2
Mixed objective/subjective test	A5 A8 A26 B1	2	15	17
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
Physical exercise	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. Imprescindible roupa e calzado adecuados e comprensión do idioma castelán.
Guest lecture / keynote speech	Desenvolvemento do programa de contidos da materia. Impartirase na aula náutica da UDC ou a través da plataforma Teams.
Field trip	Visita a astillero, velería, salvamento marítimo, sustituyendo los días nos que as condicións meteorolóxicas non aconsellen saír o mar y sempre que sea viable.
Workshop	Nós e materiais de construción e reparación en fibra de vidro.
Student portfolio	Diario de sesións teórico-prácticas, talleres, obradoiros e saídas de campo.
Diagramming	Realización de esquemas-resumen de dous temas a proposta do profesor
Introductory activities	Presentación da materia e explicación da GD



Mixed objective/subjective test	Realizaranse dous: A primeira, previa á navegación práctica real: Será necesario superala con 5 puntos sobre 10 antes de ser admitido a prácticas de mar. 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.. O alumnado coñecerá as datas de todas as probas cunha antelación mínima de 10 días.
---------------------------------	--

Personalized attention	
Methodologies	Description
Physical exercise	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. 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.

Assessment			
Methodologies	Competencies	Description	Qualification
Physical exercise	A4 A21 A25 A26 B8 B12	Evaluación continua.	25
Field trip	B5 B14 C7	Visita guiada a velera, estaleiro e Salvamento Marítimo. Asistencia e anotación en portafolio do alumno para obter a máxima puntuación.	5
Workshop	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
Student portfolio	A8 A11 A19	Presentación do Diario de prácticas realizadas polo estudante.	20
Diagramming	B11	Realización de resumos esquematizados de dúas sesións prácticas desenvolvidas ao longo do curso a proposta do profesor.	5
Mixed objective/subjective test	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

Assessment comments



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 comete: 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

Sources of information

Basic	- Fitera Gomez, J. (1987). Iniciación a la Vela y sus Fundamentos Físicos. Madrid: Alhambra - Fitera Gomez, J. (1992). Didáctica del Deporte de la Vela. Madrid: Campomanes - Renom Pinsach, J. (2002). Entrenamiento Psicológico en Vela. Madrid: Tutor - Renom Pinsach, J. (2004). Metodología de la Enseñanza de la Vela. Madrid: Tutor
Complementary	- Benavides Alcibar, J.M. (1995). Metodología del Entrenamiento de la Vela. Gobierno Vasco - Sánchez-Cuenca Alomar, M. (2005). Entrenamiento y Regata. Palma: Ramón Llull

Recommendations

Subjects that it is recommended to have taken before

Subjects that are recommended to be taken simultaneously

Subjects that continue the syllabus

Other comments



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

(*)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.