



GUÍA DOCENTE
VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN BIOLÓGICA DE
LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA
“SAN VICENTE MÁRTIR”

Curso 2018-19



GUÍA DOCENTE DE LA MATERIA Y/O ASIGNATURA

		ECTS
ASIGNATURA: Valoración de la Condición Física		6
MATERIA: Entrenamiento deportivo		12
MÓDULO: Itinerario profesional: entrenamiento deportivo		12
TIPO DE FORMACIÓN: Obligatoria	CURSO: Cuarto SEMESTRE: 7º	
PROFESORADO: Javier Zahonero Miralles	DEPARTAMENTO: Entrenamiento Deportivo	
	E-MAIL: javier.zahonero@ucv.es	

ORGANIZACIÓN DEL MÓDULO

Itinerario profesional: entrenamiento deportivo		Nº ECTS		
Materias y Asignaturas				
Materia	ECTS	ASIGNATURA	ECTS	Curso/ semestre
ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	12	Valoración de la Condición Biológica	6	4º/7º
		Planificación y Metodología del Entrenamiento Deportivo	6	4º/7º

GUÍA DOCENTE MATERIA/ASIGNATURA:

Valoración de la Condición Biológica

Requisitos previos: sin requisitos previos

OBJETIVOS GENERALES

- Contextualizar el concepto de valoración de la condición física.
- Diferenciar valoración, evaluación y control del entrenamiento.
- Presentar un modelo de valoración, evaluación y control del entrenamiento.
- Recordar los conceptos de validez, confiabilidad, objetividad y viabilidad.
- Señalar criterios para la elaboración y utilización de los perfiles funcionales.
- Utilizar ergómetros, sistemas de captura y procedimientos de valoración funcional para el control del entrenamiento y rendimiento deportivo.
- Utilizar test de condición física como indicadores del rendimiento físico deportivo.
- Analizar los parámetros del rendimiento deportivo.
- Interpretar la valoración funcional del deportista.



Valoración de la Condición Biológica
PCA-27-F-01 Ed.00

COMPETENCIAS GENERALES	Ponderación de la competencia			
	1	2	3	4
CG2.- Saber aplicar las tecnologías de la información y la comunicación (TIC).		X		
CG3.- Desarrollar competencias para la resolución de problemas mediante la toma de decisiones.				X
CG4.- Transmitir cualquier información relacionada adecuadamente tanto por escrito como oralmente.		X		
CG7.- Ser capaz de realizar razonamientos críticos utilizando los conocimientos adquiridos.				X
CG10.- Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y para el aprendizaje autónomo.		X		
CG13.- Ser capaz de aplicar los conocimientos teóricos en la práctica.				X
CG14.- Utilizar Internet adecuadamente como medio de comunicación y como fuente de información.		X		
CG16.- Comprender las propuestas de otros especialistas y comunicarse con ellos, tanto en su lengua como en una segunda lengua extranjera		X		
CG19.- Ser capaz de autoevaluarse.		X		

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS				
	1	2	3	4
CE3 Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte			X	
CE5 Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano		X		
CE12 Controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles				X
CE13 Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte			X	
CE14 Evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud				X
CE16 Evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas				X
CE19 Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las CC de la Actividad Física y el Deporte	X			



RESULTADOS DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS
R1. Adquirir conocimientos teóricos básicos.	CG2, CG10, CG14, CG16, CE3, CE5, CE19
R2. Aprender a valorar los componentes biológicos del deportista.	CG3, CG4, CG10, CG16, CE3, CE5, CE19
R3. Aprender a trabajar en grupo.	CG10, CG7, CG10,
R4. Aplicar los conocimientos adquiridos en función de la ergogénesis del deporte.	CG3, CG7, CG13, CE12, CE13, CE14, CE16
R5. Aplicar los conocimientos prácticos adquiridos.	CG3, CG7, CG13, CE12, CE13, CE14, CE16
R6. Aplicar variedad de aparatos, instrumentos, metodologías y protocolos relacionados con la valoración de la condición física.	CG2, CG3, CG13, CE12, CE13, CE14, CE16
R7. Aprender a evaluar y valorar su trabajo teórico práctico.	CG7, CG18, CE19



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL			
ACTIVIDAD	Metodología de Enseñanza-Aprendizaje	Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura	ECTS
CLASE PRESENCIAL	Exposición de contenidos por parte del profesor, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula.	R-1 R-2	1
CLASES PRÁCTICAS LABORATORIO SEMINARIO	Sesiones de trabajo grupal en grupos supervisadas por el profesor. Estudio de casos, análisis diagnósticos, problemas, estudio de campo, aula de informática, visitas, búsqueda de datos, bibliotecas, en red, Internet, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del alumno. Actividades desarrolladas en espacios con equipamiento especializado. Sesiones monográficas supervisadas con participación compartida	R-2 R-3 R-4 R-5 R-6 R-1	1,16
TUTORÍA	Atención personalizada y en pequeño grupo. Periodo de instrucción y/o orientación realizado por un tutor con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, lecturas, realización de trabajos, etc.	R-1 R-4 R-5	0,08
EVALUACIÓN	Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación inicial, formativa o aditiva del alumno.	R-1 R-4 R-5 R-6 R-7	0,16
Total			(2,4)



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO DEL ALUMNO			
ACTIVIDAD	Metodología de Enseñanza-Aprendizaje	Relación con Resultados de Aprendizaje de la asignatura	ECTS
TRABAJO EN GRUPO	Preparación en grupo de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad (www.plataforma.ucv.es)	R-2 R-3 R-4 R-5	1,4
TRABAJO AUTÓNOMO	Estudio del alumno: Preparación individual de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para exponer o entregar en las clases teóricas, clases prácticas y/o tutorías de pequeño grupo. Trabajo realizado en la plataforma de la universidad (www.plataforma.ucv.es)	R-2 R-3 R-4 R-5	2,2
Total			(3,6)

SISTEMA DE EVALUACIÓN DE LA ADQUISICIÓN DE LAS COMPETENCIAS Y SISTEMA DE CALIFICACIONES		
Instrumento de evaluación	RESULTADOS DE APRENDIZAJE EVALUADOS	Porcentaje otorgado
Prueba objetiva teórica	R-1, R-2, R-4, R-5.	50%
Prácticas y/o Plataforma de Formación y/o Prueba objetiva	R-1, R-2, R-3, R-4, R-5, R-6	10% + 30%
Participación y/o Autoevaluación	R-7	10%
Para poder una calificación de apto en la asignatura es imprescindible obtener un 50% de la nota en cada uno de los instrumentos de evaluación, excepto en la participación y/o autoevaluación.		



Valoración de la Condición Biológica
PCA-27-F-01 Ed.00

- **Para superar la materia en la 1ª MATRÍCULA será indispensable:**
 - Para superar la asignatura el alumno deberá obtener como mínimo el 50% de la nota total de cada uno de los apartados de evaluación (excepto la participación y/o autoevaluación).
 - La no superación de estos criterios supondrá su evaluación en la segunda convocatoria oficial conservándose el resto de calificaciones de las competencias superadas (examen teórico, cuestionarios-trabajos aprobados, etc.).
 - Aquellos alumnos que no cumplan con los requisitos para superar la asignatura pero que la calificación global sea igual o superior a 5 pts. serán calificado con 4,5 pts.

Criterio de concesión de las Matrículas de Honor: Sumatorio de calificaciones superior a 9. En caso de igualdad numérica en la calificación final, el profesor tendrá en cuenta el interés, la predisposición e implicación del alumno en la asignatura

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS	COMPETENCIAS
<p>Bloque.1.- Valoración funcional.</p> <p>Tema 1. Valoración funcional: objetivos y bases metodológicas.</p> <p>Tema 2. Valoración funcional del metabolismo aeróbico.</p> <p>Tema 3. Valoración funcional del metabolismo anaeróbico: potencia y resistencia anaeróbica.</p> <p>Tema 4. Valoración funcional de la flexibilidad.</p> <p>Tema 5. Valoración funcional de la fuerza muscular.</p> <p>Tema 6. Valoración funcional de habilidades físicas.</p>	CG2, CG4, CG10, CG14, CE3, CE5, CE19
<p>Bloque 2.- Valoración de las adaptaciones del organismo al ejercicio físico y a la altitud.</p> <p>Tema 7. Valoración de las adaptaciones cardiovasculares al ejercicio:</p> <p>Tema 8. Valoración de las adaptaciones Respiratorias al ejercicio.</p> <p>Tema 9. Valoración de las adaptaciones Hematológicas al ejercicio.</p>	CG4, CG14, CG16, CE3, CE5, CE19
<p>Bloque 3. Prácticas</p> <p>Tema 10. Valoración y pruebas funcionales.</p>	CG3, CG4, CG7, CG13, CG18, CE12, CE13, CE14, CE16

ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE:

	BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA	Nº DE SESIONES
1	Bloque 1.- <i>Valoración funcional.</i>	10
2	Bloque 2.- <i>Valoración de las adaptaciones del organismo al ejercicio físico y la altitud.</i>	6
3	Bloque 3.- <i>Prácticas</i>	8



○ **Para superar la materia en la 2ª matrícula:**

- Habrá un grupo específico con un profesor encargado de dicho grupo.
- El profesor encargado de este grupo realizará 6 sesiones de seguimiento y tutorización de 2 horas cada una. En cada sesión se hará un repaso de la asignatura de modo que se reforzará el trabajo de las competencias que cada alumno necesite para poder superar la asignatura.
- La evaluación de contenidos teóricos se realizará en el examen fijado en el calendario oficial para esta asignatura. La evaluación de los contenidos prácticos se realizará con la participación y realización de los cuestionarios que se determinen de las sesiones prácticas.
- Se conservaran las calificaciones de las competencias superadas en convocatorias anteriores.
- Estas sesiones se encuentran disponibles en el cronograma específico, que se muestra a continuación:

ORGANIZACIÓN TEMPORAL DEL APRENDIZAJE (Alumnos de segunda o sucesivas matrículas):		
	BLOQUE DE CONTENIDO/UNIDAD DIDÁCTICA	Nº DE SESIONES
1	Bloque 1.- <i>Valoración funcional.</i>	2
2	Bloque 2.-. <i>Adaptaciones del organismo al ejercicio físico.</i>	2
3	Bloque 3.-Prácticas	2

○ **Para superar la materia en la 3ª matrícula y sucesivas:**

- En estas convocatorias no se guardan notas de convocatorias anteriores, por lo que el alumno ha de superar las competencias fundamentales de la asignatura, establecidas por consenso por el conjunto de profesores de la asignatura (examen de departamento en fecha oficial):
 - Conocimientos conceptuales: Examen teórico = 50%. (puntuación igual o superior al 50%).
 - Conocimientos procedimentales: Cuestionarios prácticos = 50% (puntuación individual igual o superior al 40% y promedio igual o superior al 50%).
 - El seguimiento de la asignatura se deberá consensuar con el profesor asignado o responsable de la asignatura.



BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica.

- Astrand, P.O., y Rodahl, K. (1993). *Fisiología del trabajo físico*. Barcelona: Panamericana.
- Barbany, J.R. (1990). *Fundamentos de fisiología del ejercicio y del entrenamiento*. Barcelona: Barcanova.
- Bowers, R.W. y Fox, E.L. (1995). *Fisiología del deporte*. Barcelona: Panamericana.
- George, J.D., Fisher, A.G. y Vehrs, P.R. (1996). *Test y pruebas físicas*. Barcelona: Paidotribo.
- González, J. (1992). *Fisiología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana.
- Guyton, A.C. y Hall, J.E. (1996). *Tratado de Fisiología médica*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana.
- Legido, J.C., Segovia, J.C. y Ballesteros, J.M. (1996). *Valoración de la condición física por medio de test*. Madrid: Ediciones Pedagógicas, Colección Educación Física y Deporte.
- Legido Arce, J. C., Silvarrey Varela, F. L. y Segovia Martínez, J. C. (1996). *Manual de valoración funcional*. Madrid: Eurobook.
- López Chicharro, J., Aznar Laín, S., Fernández Vaquero, A., López Mojares, L.M., Lucía Mulas, A. y Pérez Ruiz, M. (2004). *Transición aeróbica-anaeróbica*. Concepto, metodología de determinación y aplicaciones. Madrid: Ed. Master Line & Prodigio S.L.
- López-Chicharro J. y Fernández-Vaquero A. (1995). *Fisiología del ejercicio*. Barcelona: Panamericana.
- López-Chicharro, J. y Legido, J.C. (1991). *Umbral anaerobico. Bases fisiológicas y aplicación*. Madrid: McGraw-Hill Interamericana.
- McArdle, W., Katch, F.I., y Katch, V.L. (1991). *Fisiología del ejercicio. Energía, nutrición y rendimiento humano*. Madrid: Alianza Deporte.
- Robertson, G. E. (2004). *Research methods in Biomechanics*. Champaign,IL: Human Kinetics.
- Thomas, J.R. y Nelson, J.K. (2007). *Métodos de investigación en actividad física*. Barcelona: Paidotribo.