



Información de la asignatura

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Facultad: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Código: 280314 **Nombre:** Valoración de la Condición Biológica

Créditos: 6,00 **ECTS** **Curso:** 3 **Semestre:** 1

Módulo: 3) Módulo de Formación Obligatoria Específica.

Materia: Ejercicio físico, condición física y entrenamiento físico deportivo. **Carácter:** Obligatoria

Rama de conocimiento: Ciencias de la Salud

Departamento: Preparación y Acondicionamiento Físico

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

283A	<u>Javier Zahonero Miralles</u> (Profesor responsable)	javier.zahonero@ucv.es
283B	<u>Jose Marti Marti</u> (Profesor responsable)	jose.marti@ucv.es
283C	<u>Javier Zahonero Miralles</u> (Profesor responsable)	javier.zahonero@ucv.es
283D	<u>Javier Zahonero Miralles</u> (Profesor responsable)	javier.zahonero@ucv.es
283X	<u>Didac Navarro Martinez</u> (Profesor responsable)	didac.navarro@ucv.es
PRICA	<u>Jose Marti Marti</u> (Profesor responsable)	jose.marti@ucv.es



Organización del módulo

3) Módulo de Formación Obligatoria Específica.

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Actividad física y ejercicio físico para la salud y con poblaciones especiales	12,00	Actividad Física y Salud	6,00	3/1
		Prescripción y Programas de Estilos de Vida Saludables	6,00	4/1
Ejercicio físico, condición física y entrenamiento físico deportivo.	18,00	Planificación y Metodología del Entrenamiento en la A.F.	6,00	3/2
		Prevención y Readaptación de Lesiones en la A.F.	6,00	4/1
		Valoración de la Condición Biológica	6,00	3/1
Enseñanza de la Educación Física y Deporte.	18,00	Didáctica y Metodología de las Actividades Físicas y Deportivas	6,00	3/1
		Diseño, Evaluación e Intervención de Programas Educativos	6,00	4/1
		Moral Social y Deontología Profesional	6,00	4/1
Organización y dirección deportiva.	12,00	Marketing Deportivo	6,00	3/2
		Planificación y Organización Deportiva	6,00	3/1



Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

- R1 Valorar (medir e interpretar resultados) el estado físico para optimizar la salud y/o el rendimiento físico-deportivo.
- R2 Analizar, cualitativa y cuantitativamente los resultados de programas de actividad físico-deportiva aplicados en diferentes poblaciones y contextos.
- R3 Manejar correctamente diferentes tecnologías para evaluar el proceso de la preparación físico-deportiva y/o entrenamiento.
- R4 Discriminar y aplicar los procedimientos e instrumentos de evaluación para establecer el grado de adquisición de habilidades físico-deportivas en diferentes edades y contextos.



Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2, R3, R4	40,00%	Pruebas escritas y/o practicas.
R1, R2, R3, R4	50,00%	Trabajo / Proyecto Individual o Grupal.
R1, R2, R3, R4	10,00%	Autoevaluación.

Observaciones

Esta asignatura NO es susceptible de solicitud de evaluación única a tenor de lo indicado en el artículo 10.3 de la NORMATIVA GENERAL DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN DE LAS ENSEÑANZAS OFICIALES Y TÍTULOS PROPIOS DE LA UCV.

El alumno podrá conservar los instrumentos de evaluación superados durante los 3 años siguientes a la primera matrícula.

Es necesario obtener un 50% en todos los instrumentos de evaluación para superar la asignatura. En caso de no cumplir con alguno de estos criterios se calificará al alumno con un máximo de 4,5.

ESPECIFICACIONES A LOS INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

Pruebas escritas y/o practicas

Consiste en una prueba de contenidos teórico-prácticos (40%) que combina preguntas (20-25) de respuesta corta, evaluación de datos y gráficas, así como preguntas tipo test (1 mal resta el 33,3% de una pregunta) y de verdadero-Falso (1 mal resta 50% de una pregunta).

Trabajo / Proyecto Individual o Grupal

Consiste en la realización de trabajos de prácticas individuales y grupales por plataforma (50%), con entrega de prácticas escritas por plataforma. Apto/No apto por entrega. Es necesario obtener un 5 sobre 10 para hacer media.

Autoevaluación

Se realizará una autoevaluación (10%) donde el alumno valorará mediante la contestación de unos ítems su actividad en la asignatura durante el curso.

La explicación detallada (procedimiento para los trabajos) así como las herramientas de evaluación (planillas o rúbricas) de cada apartado estarán colgadas en plataforma de cada grupo a disposición del alumno.



Uso de herramientas de Inteligencia Artificial en la titulación de CAFD

En el Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD), el uso de herramientas de Inteligencia Artificial (IA) se permite de forma complementaria y responsable, siempre que contribuya al aprendizaje activo, al desarrollo del pensamiento crítico y a la mejora de las competencias profesionales del estudiante. En ningún caso la IA debe sustituir el esfuerzo personal, la práctica directa ni la reflexión autónoma, pilares fundamentales de esta titulación.

Se permite el uso de la IA para:

- Obtener explicaciones alternativas sobre conceptos teóricos o metodológicos.
- Generar esquemas, mapas conceptuales o resúmenes como apoyo al estudio.
- Simular entrevistas, cuestionarios o sesiones de entrenamiento como parte de prácticas metodológicas o de investigación.
- Recibir retroalimentación sobre la redacción de informes, siempre que el contenido original sea del estudiante.
- Apoyar la búsqueda de bibliografía o referencias científicas, contrastando siempre con fuentes académicas fiables y reales, y respetando la normativa de presentación de trabajos universitarios CAFD.

No se permite el uso de la IA para:

- Redactar secciones completas de trabajos académicos, ejercicios y prácticas de aula, informes de prácticas, diarios o portafolios, así como del Trabajo Fin de Grado.
- Formular hipótesis, objetivos o conclusiones de trabajos académicos.
- Sustituir el análisis cualitativo o cuantitativo de datos por herramientas automáticas sin validación humana.
- Generar vídeos, presentaciones o avatares con IA como sustituto de la exposición oral o práctica del estudiante.
- Obtener respuestas automáticas a pruebas, rúbricas o actividades evaluables mediante el uso de IA.

Criterios de cita y atribución:

- Toda utilización de herramientas de IA deberá ser declarada explícitamente en el documento entregado (por ejemplo, en una nota al pie o en un anexo).
- Se indicará el nombre de la herramienta, el propósito de uso (ej. revisión gramatical, organización de ideas, simulación de entrevista) y en qué parte del trabajo se ha empleado.
- El uso responsable de la IA será considerado dentro de los criterios de originalidad, honestidad académica y competencia digital.

Recomendaciones adicionales:

Se anima al alumnado a alternar el uso de IA con métodos tradicionales (resolución manual de problemas, diseño de sesiones prácticas, observación directa, etc.) para garantizar el desarrollo integral de sus capacidades.

Ante cualquier duda sobre el uso permitido de IA en una actividad concreta, el estudiante deberá consultar al profesorado responsable de la asignatura.



Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M1 Asistencia a prácticas.
- M2 Resolución de problemas y casos.
- M3 Discusión en pequeños grupos.
- M4 Prácticas laboratorios.
- M5 Exposición de contenidos por parte del profesor.
- M6 Clase práctica.
- M7 Dinámicas y actividades en grupo.



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. M5, M7	R1, R2, R3, R4	32,00	1,28
CLASE PRÁCTICA / SEMINARIO: Dinámicas y actividades en grupo. Resolución de problemas y casos. Prácticas laboratorios. Búsqueda de datos, aula informática, biblioteca, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante. M1, M2, M3	R1, R2, R3, R4	24,00	0,96
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado. M2	R1, R2	4,00	0,16
TOTAL		60,00	2,40



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO EN GRUPO: Resolución de problemas. Preparación de ejercicios, trabajos memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. M2, M3, M7	R1, R2, R3, R4	10,00	0,40
TRABAJO AUTÓNOMO: Estudio, Preparación individual de ejercicios, trabajos, memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. Actividades en plataforma u otros espacios virtuales. M2	R1, R2	80,00	3,20
TOTAL		90,00	3,60

Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
BLOQUE I	Valoración de la condición biológica: conceptos y recursos
BLOQUE II	Valoración funcional del metabolismo aeróbico
BLOQUE III	Valoración funcional del metabolismo anaeróbico
BLOQUE IV	Valoración funcional de la flexibilidad
BLOQUE V	Valoración funcional de la fuerza
BLOQUE VI	Valoración funcional de las habilidades físicas



Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
BLOQUE I	6,00	12,00
BLOQUE II	6,00	12,00
BLOQUE III	5,00	10,00
BLOQUE IV	4,00	8,00
BLOQUE V	5,00	10,00
BLOQUE VI	4,00	8,00



Referencias

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Astrand, P.O., y Rodahl, K. (1993). Fisiología del trabajo físico. Panamericana. Barcelona.
- Barbany, J.R. (1990). Fundamentos de fisiología del ejercicio y del entrenamiento. Barcanova. Barcelona.
- Bowers, R.W., y Fox, E.L. (1995). Fisiología del deporte. Panamericana. Barcelona.
- Burke, E.R. (2002). High-tech cycling. USA: Human kinetics. (UV: PE FD D 02961)
- Craig, N., Walsh, C. Martin, D.T., Woolford, S., Bourdon, P., Stanef, T., Barnes, P. y Savage, B. (2000). Protocols for the physiological assessment of high-performance track, road and mountain cyclist. In Physiological test for elite athletes. (258-278). Australia: Human Kinetics.
- Dufour, J. (1990). Las técnicas de observación del comportamiento motor. La observación tratada por ordenador. RED. 4 (4). 16-22.
- García Manso, J.M (1996). Pruebas para la valoración de la capacidad motriz en el deporte: evaluación de la condición física. Gymnos. Madrid. (UV PE FD M/612 GAR)
- George, J.D., Fisher, A.G., y Vehrs, P.R. (1996). Test y pruebas físicas. Paidotribo. Barcelona.
- González, J. (1992). Fisiología de la actividad física y del deporte. McGraw-Hill. Interamericana. Madrid.
- González Badillo, J. J. (2023). Cómo programar el entrenamiento de fuerza. Librería deportiva Esteban Sanz.
- González Badillo, J. J., y Ribas Sema, J. (2020). Fuerza, velocidad y rendimiento físico deportivo (2.a ed.). Librería deportiva Esteban Sanz.
- Gregor, R.J. y Conconi, F. (2000). Road Cycling. Oxford: Blackwekk science Ltd.
- Guyton, A.C., y Hall, J.E. (1996). Tratado de Fisiología médica. McGraw-Hill. Interamericana. Madrid.
- Heyward, Vivian H. (1996). Evaluación y prescripción del ejercicio. Paidotribo. Barcelona (UV: PE.159.9:796 HEY // PE FP C/00279)
- Heyward, Vivian H. (2008). Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio. Panamericana. Madrid (UV: PE FD M/613.7)
- Legido Arce, J. C., Silvarrey Varela, F. L., & Segovia Martinez, J. C. (1996). Manual de valoración funcional. Madrid; Spain: Eurobook.
- Legido, J.C., Segovia, J.C., y Ballesteros, J.M. (1996). Valoración de la condición física por medio de test. Ediciones Pedagógicas, Colección Educación Física y Deporte. Madrid.
- López Chicharro, J. Aznar Laín, S. Fernández Vaquero, A. López Mojares, L.M. Lucía Mulas, A. Pérez Ruiz, M. (2004). Transición aeróbica-anaeróbica. Concepto, metodología de determinación y aplicaciones. Ed. Master Line & Prodigio S.L. Madrid.
- López-Chicharro J., y Fernández-Vaquero A. (1995). Fisiología del ejercicio. Panamericana. Barcelona.
- López-Chicharro, J. y Legido, J.C. (1991). Umbral anaeróbico. Bases fisiológicas y aplicación. McGraw-Hill. Interamericana. Madrid.
- MacDougall, J.D. (2005). Evaluación fisiológica del deportista. Badalona: Paidotribo. (SJB:



612.766-LOP-fis // 612.76-EVA)

Martínez López, E.J. (2002). Pruebas de aptitud física. Paidotribo.Barcelona (UV: PE 159.9:796 MAR)

McArdle, W., Katch, F.I., y Katch, V.L. (1991). Fisiología del ejercicio. Energía, nutrición rendimiento humano. Alianza Deporte. Madrid.

Mujika, I. (2023). Endurance training: Science and Practice (2.a ed.). Iñigo Mujika.

Robertson, G. E.. (2004). Research methods in Biomechanics. Human Kinetics. Champaign,IL

Terreros, J.L (2003). Valoración funcional: aplicaciones al entrenamiento deportivo. Gymnos. (UV:PE FD M/796.015 VAL)

Thomas, J.R, Nelson, J.K. (2007). Métodos de investigación en actividad física. Paidotribo.Barcelona. (SJB)

Winter, E.M., Jones, A.M., Davison, R.C.R., Bromley, P.D. y Mercer, T.H. (2007). Sport and exercise physiology testing guidelines: the British Association of Sport and Exercise SciencesGuide. Oxon: Routledge.