



## 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:** 280403 **Nombre:** Valoración de la Condición Biológica

**Créditos:** 6,00 **ECTS** **Curso:** 4 **Semestre:** 1

**Módulo:** 6-9) Modulo Itinerario profesional

**Materia:** Entrenamiento Deportivo **Carácter:** Obligatoria

**Departamento:** Preparación y Acondicionamiento Físico

**Tipo de enseñanza:** Presencial

**Lengua/-s en las que se imparte:**

**Profesorado:**



## Organización del módulo

### 6-9) Modulo Itinerario profesional

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Enseñanza de la Actividad física y el deporte	12,00	Diseño, evaluación e intervención de programas educativos	6,00	4/1
		Pedagogía en Valores Educativos en Actividad Física y Deportiva.	6,00	4/1
Entrenamiento Deportivo	12,00	Planificación y Metodología del Entrenamiento Deportivo	6,00	4/1
		Valoración de la Condición Biológica	6,00	4/1
Actividad Física y Calidad de Vida	12,00	Prescripción y Valoración del Ejercicio Físico en Diferentes Poblaciones	6,00	4/1
		Promoción y Programas de Estilos de Vida Saludables	6,00	4/1
Gestión y Recreación Deportiva	12,00	Estructura y Legislación en la Gestión Deportiva	6,00	4/1
		Instalaciones Deportivas	6,00	4/1



## Resultados de aprendizaje

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

- R1 Adquirir conocimientos teóricos básicos.
- R2 Aprender a valorar los componentes biológicos del deportista.
- R3 Aprender a trabajar en grupo.
- R4 Aplicar los conocimientos adquiridos en función de la ergogénesis del deporte.
- R5 Aplicar los conocimientos prácticos adquiridos.
- R6 Aplicar variedad de aparatos, instrumentos, metodologías y protocolos relacionados con la valoración de la condición física.
- R7 Aprender a evaluar y valorar su trabajo teórico práctico.



## Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

GENERALES		Ponderación			
		1	2	3	4
CG2	Saber aplicar las tecnologías de la información y 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		
CG19	Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional		X		
ESPECÍFICAS		Ponderación			
		1	2	3	4
CE5	Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano		X		
CE12	Planificar, desarrollar y 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	



CE19 Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las CC de la Actividad Física y el Deporte

x

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

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2, R4, R5	45,00%	Pruebas escritas/orales y/o prácticas
R7	10,00%	Participación y Autoevaluación
R1, R2, R3, R4, R5, R6	45,00%	Realización de un proyecto

### Observaciones

#### 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.

## Actividades formativas

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

- M1 Exposición de contenidos por parte del profesor.
- M2 Dinámicas y actividades en grupo.



- M3 Resolución de problemas y casos.
- M4 Prácticas laboratorios.
- M5 Discusión en pequeños grupos.
- M6 Clase práctica



## ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
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. M2, M3, M5, M6	R1, R2, R3, R4, R5, R6	29,00	1,16
TUTORIA: Supervisión del aprendizaje, evolución. Discusión en pequeños grupos. Resolución de problemas y casos. Presentación de resultados ante el profesor. Presentación de esquemas e índices de los trabajos propuestos. M5	R1, R4, R5	2,00	0,08
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado. M2, M3	R1, R4, R5, R6, R7	4,00	0,16
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. M1, M2, M5	R1, R2	25,00	1,00
<b>TOTAL</b>		<b>60,00</b>	<b>2,40</b>



## 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	R2, R3, R4, R5	35,00	1,40
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. M3	R2, R3, R4, R5	55,00	2,20
<b>TOTAL</b>		<b>90,00</b>	<b>3,60</b>



## 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 FUNCIONAL	Tema 1. Valoración funcional: objetivos y bases metodológicas. Tema 2. Valoración funcional del metabolismo aeróbico. Tema 3. Valoración funcional del metabolismo anaeróbico: potencia y resistencia anaeróbica. Tema 4. Valoración funcional de la flexibilidad. Tema 5. Valoración funcional de la fuerza muscular. Tema 6. Valoración funcional de habilidades físicas.
BLOQUE II: VALORACIÓN DE LAS ADAPTACIONES DEL ORGANISMO AL EJERCICIO FÍSICO Y A LA ALTITUD	Tema 7. Valoración de las adaptaciones cardiovasculares al ejercicio. Tema 8. Valoración de las adaptaciones Respiratorias al ejercicio. Tema 9. Valoración de las adaptaciones Hematológicas al ejercicio.
BLOQUE III: PRÁCTICAS	Tema 10. Valoración y pruebas funcionales.



## Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
BLOQUE I: VALORACIÓN FUNCIONAL	12,00	24,00
BLOQUE II: VALORACIÓN DE LAS ADAPTACIONES DEL ORGANISMO AL EJERCICIO FÍSICO Y A LA ALTITUD	8,00	16,00
BLOQUE III: PRÁCTICAS	10,00	20,00



## Referencias

### 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 Martinez, 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 anaeróbico. 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.