



Información de la asignatura

Titulación: Máster Universitario en Ciencias Aplicadas a la Prevención y Readaptación Funcional de Lesiones Deportivas

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

Código: 1640011 **Nombre:** Métodos de Prevención y su Aplicación en el Contexto Deportivo

Créditos: 6,00 **ECTS** **Curso:** 1 **Semestre:** 2

Módulo: 3: Prevención de la lesión deportiva

Materia: Prevención de la lesión deportiva. **Carácter:** Obligatoria

Departamento:

Tipo de enseñanza: Semipresencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:



Organización del módulo

3: Prevención de la lesión deportiva

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Prevención de la lesión deportiva.	6,00	Métodos de Prevención y su Aplicación en el Contexto Deportivo	6,00	1/2

Resultados de aprendizaje

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

- R1 Adquisición de conocimientos en biomecánica y kinesiología.
- R2 Búsqueda de información para ampliar y personalizar los contenidos teóricos y prácticos.
- R3 Adquisición, manejo y adaptación de aparatos, instrumentos, metodologías y protocolos relacionados con la biomecánica y kinesiología.
- R4 Descripción, análisis y evaluación de protocolos para la aplicación de técnicas instrumentales en biomecánica y kinesiología.
- R5 Expresar, sintetizar y organizar por escrito los contenidos.



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)

ESPECÍFICAS	Ponderación			
	1	2	3	4
E1				X
E2				X
E4			X	
E5			X	
E6				X



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

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
	40,00%	Pruebas escritas (preguntas abiertas, tipo test, ejercicios o casos prácticos) a distancia y a través de la plataforma virtual.
	60,00%	Seguimiento y tutorización de los estudiantes por el profesorado universitario incluyendo trabajos y memorias.

Observaciones

Actividades formativas

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

- M1 Clases magistrales.
- M2 Laboratorio.
- M3 Seminario.



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
Clase teórica. M1	R1, R3	12,50	0,50
Clase práctica/Seminario. M2, M3	R1, R3	12,50	0,50
Tutoría. M3	R1, R3	10,00	0,40
TOTAL		35,00	1,40

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
Trabajo en grupo. M3	R2, R4, R5	40,00	1,60
Trabajo autónomo. M3	R2, R4, R5	75,00	3,00
TOTAL		115,00	4,60



Descripción de los contenidos

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

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
Prevención de lesiones deportivas	<ul style="list-style-type: none">· Aspectos generales de la prevención de lesiones del aparato locomotor.· Métodos y técnicas aplicadas a la prevención en la actividad deportiva.· La prescripción de ejercicio con fines preventivos.· Conocimiento y aplicación de los protocolos específicos en la prevención en función de la ergogénesis del deporte y del momento de la competición deportiva.· Reeducción postural de movimientos anormales.· Influencia de los avatares psicológicos sobre los aspectos físicos del deportista lesionado.· Métodos de protección: ortesis y vendajes funcionales. Equipamientos y materiales deportivos. Descripciones biomecánicas de los mecanismos.

Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
Prevención de lesiones deportivas	17,50	35,00



Referencias

Bibliografía básica.

- Blazevich, A. (2011). *Biomecánica deportiva: manual para la mejora del rendimiento humano*. Barcelona: Paidotibo.
- Hay, J.G. (1993). *The biomechanics of Sport techniques*. New Jersey: Prentice may.
- Kreighbaum, E., & Barthels, K. M. (1990). *Biomechanics. A qualitative approach for studying human movement*. (3ª ed.) New York: Ed. Mcmillan.
- Merletti, R., & Parker, P. (2004). *Electromyography: Physiology, Engineering, and Non-Invasive Applications*. Hokoben, NJ: John Wiley & Sons.
- Robertson, D., Caldwell, G., Hamill, J., Kamen, G., & Whittlesey, S. (2004). *Research methods in Biomechanics*. Champings, IL: Human Kinetics.
- Winter, D. (2005). *Biomechanics and motor control of human movement*. Hokoben, NJ: John Wiley & Sons. VII.

Bibliografía complementaria.

- Bratlett, R., Bussey, M. (2012). *Sports biomechanics: Reducing injury risk and improving sports performance*. New York: Routledge.
- Izquierdo, M. (2008). *Biomecánica y Bases Neuromusculares de la Actividad Física y el Deporte*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Perry, J., Burnfield, J.M. (2010). *Gait analysis: Normal and pathological function*. Thorofare, NJ: Slack.
- Millares Marrero, R.C. (2007). *Biomecánica clínica de las patologías del aparato locomotor*. Barcelona: Masson.
- Sánchez, J., Prat, J., Hoyos, J.V., Viosca, E., Soler, C., Comin, M. et al. (1993). *Biomecánica de la marcha humana, normal y patológica*. Valencia: IBV.