



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: Métodos de Prevención y su Aplicación en el Contexto Deportivo **Carácter:** Obligatoria

Departamento:

Tipo de enseñanza: Semipresencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

CATR María Fargueta Espert (**Profesor responsable**) maria.fargueta@ucv.es

LESION María Fargueta Espert (**Profesor responsable**) maria.fargueta@ucv.es

Alberto Ortegon Piñero

Alvaro Corrochano Corrochano

Antonio Piepoli

Julio Martin Ruiz

julio.martin@ucv.es

Leandro Ferreira Moraes

leandro.ferreira@ucv.es



LESION Rafael Martínez Requena





Organización del módulo

3: Prevención de la lesión deportiva

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Métodos de Prevención y su Aplicación en el Contexto Deportivo	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)

	BÁSICAS	Ponderación			
		1	2	3	4
CB6	Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación.			X	
CB7	Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.				X
CB8	Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios.				X
CB9	Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.				X
CB10	Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.			X	
CB11	Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC).		X		
	ESPECÍFICAS	Ponderación			
		1	2	3	4
E1	Alcanzar un conocimiento comprensivo y a la vez especializado de las materias relacionadas con las Ciencias aplicadas a la prevención y readaptación funcional de las lesiones deportivas.				X



E2	Tener capacidad de relacionar los conocimientos específicos adquiridos en las sesiones teóricas, con el fin de colaborar en la solución de problemas que puedan surgir en la prevención y recuperación de la lesión deportiva integrando los conocimientos de los diferentes ámbitos profesionales que intervienen en manejo del deportista lesionado.				X
E4	Dar respuesta a la demanda cada vez más específica del readaptador funcional, como parte integrante del equipo profesional multidisciplinar que atiende al deportista lesionado, y como el actor principal de los protocolos específicos de prevención y readaptación funcional de las lesiones en el deporte.				X
E5	Manejar las herramientas -propias de su actividad profesional- que permitan una evaluación objetiva de la condición física del deportista (fuerza, resistencia, tono y volumen muscular, etc.), clave en la fases de prevención y recuperación de lesiones en el plano estrictamente funcional.				X
E6	Saber planificar, controlar, y coordinar la prevención y la readaptación al esfuerzo físico a través del plan de entrenamiento del deportista en función de la evaluación, valoración, y prescripción que haya realizado el equipo médico.				X

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

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R3	70,00%	Pruebas escritas (preguntas abiertas, tipo test, ejercicios o casos prácticos).
R2, R3, R4, R5	30,00%	Resolución de problemas y casos prácticos.

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	27,50	1,10
Clase práctica/Seminario. M2, M3	R1, R3	27,50	1,10
Tutoría. M3	R1, R3	10,00	0,40
Actividad presencial en la Universidad. M3	R1, R3	5,00	0,20
TOTAL		70,00	2,80

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
Trabajo autónomo. M3	R2, R4, R5	80,00	3,20
TOTAL		80,00	3,20



Descripción de los contenidos

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

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
T1.- Fundamentos de la prevención físico-deportiva.	Fundamentos de la prevención físico-deportiva.
T.2.- Modelos y protocolos de prevención de las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.	Modelos y protocolos de prevención de las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.
T.3.- Flexibilidad, Estiramientos y su Relación con la Prevención de Lesiones.	Flexibilidad, Estiramientos y su Relación con la Prevención de Lesiones.
T.4.- Entrenamiento de la Musculatura del Core y su Relación con la Prevención de Lesiones.	Entrenamiento de la Musculatura del Core y su Relación con la Prevención de Lesiones.
T.5.- Planificación de la prevención en las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.	Planificación de la prevención en las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.
T.6.- Casos especiales en las lesiones más frecuentes en el ámbito de la prevención físico-deportiva.	Casos especiales en las lesiones más frecuentes en el ámbito de la prevención físico-deportiva.
T.7.- Prevención de Lesiones según Tipología de AF/Disciplina Deportiva.	Prevención de Lesiones según Tipología de AF/Disciplina Deportiva.



Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
T1.- Fundamentos de la prevención físico-deportiva.	5,00	10,00
T.2.- Modelos y protocolos de prevención de las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.	5,00	10,00
T.3.- Flexibilidad, Estiramientos y su Relación con la Prevención de Lesiones.	5,00	10,00
T.4.- Entrenamiento de la Musculatura del Core y su Relación con la Prevención de Lesiones.	5,00	10,00
T.5.- Planificación de la prevención en las lesiones más frecuentes en el ámbito deportivo.	5,00	10,00
T.6.- Casos especiales en las lesiones más frecuentes en el ámbito de la prevención físico-deportiva.	5,00	10,00
T.7.- Prevención de Lesiones según Tipología de AF/Disciplina Deportiva.	5,00	10,00



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