
GRAU EN CIÈNCIES DE L'ACTIVITAT FÍSICA I DE L'ESPORT

2008 - ANÀLISI DE L'ESTRUCTURA FUNCIONAL DELS ESPORTS I DE L'EXERCICI FÍSIC

Informació general

- Tipus d'assignatura : Obligatòria
- Coordinador : Noemí Serra Paya
- Curs: Primer
- Trimestre: Tercer
- Crèdits: 6
- Professorat:
 - Sara González Millán <sgonzalezm@tecnocampus.cat>

Idiomes d'impartició

- Català
- Castellà

Competències que es treballen

Bàsica

- Poder transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat

Específica

- Promoure la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i de l'esport
- Aplicar els principis fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials, als diferents camps de l'activitat física i de l'esport
- Seleccionar el material i equipament esportiu adequat per a cada tipus d'activitat i població i en condicions de seguretat

General

- Identificar l'objecte d'estudi de les Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport
- Descriure els factors fisiològics i biomecànics que condicionen la pràctica de l'activitat física i l'esport
- Entendre els fonaments de l'acondicionament físic per a la pràctica de l'activitat física i de l'esport

Transversal

- Aplicar les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) a l'àmbit de les Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport
- Aplicar els coneixements a la seva feina, de forma professional, amb l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes a l'àrea de l'Activitat Física i de l'Esport

- Generar recursos per l'adaptació a noves situacions i resolució de problemes, i per l'aprenentatge autònom i la creativitat

Descripció

L'assignatura tracta de definir i contextualitzar conceptualment els diferents nivells d'estructuració de la pràctica esportiva. S'analitzaran l'estructura i els components de l'exercici físic i, més concretament, de l'esport.

Es presentarà una sistemàtica d'anàlisi fonamentada en les taxonomies de les accions motrius existents, com a elements elementals de la tàctica esportiva i les seves relacions amb la tècnica i el concepte d'estratègia. Posteriorment, es proposarà a l'alumnat un model d'anàlisi de l'exercici físic i, més concretament, de l'esport que els servirà per comprendre la lògica interna de qualsevol manifestació motriu, sota el "paraigües" conceptual de l'esport.

Resultats d'aprenentatge

- Programar l'exercici atesa la seva naturalesa i els seus aspectes didàctics per obtenir els efectes perseguits amb eficàcia i seguretat.
- Executar procediments de manera efectiva en el camp de l'avaluació de la condició física, com a pas previ a la identificació de perfils per a l'administració personalitzada d'exercicis en tots els àmbits d'educació professional, considerant les característiques individuals i contextuals (gènere, edat, discapacitat).

Metodologia de treball

La metodologia de l'assignatura es durà a terme combinant temps presencials d'aula, amb temps de treball autònom, amb suport de l'entorn virtual d'aprenentatge. El percentatge de temps que l'estudiant dedica es reparteix de la manera següent:

Activitat	Metodologia	ECTS
Sessions presencials a l'aula (exposició de teoria, seminaris, tutories personalitzades)	Exposicions teòriques amb suport audiovisual, simulacions, jocs de rol, treball en grups, aplicació pràctica a la teoria, aprenentatge basat en problemes (ABP), presentacions per part dels estudiants.	2,4
Treball autònom	Estudi personal, solució de problemes, cerques d'informació (bibliografia, webgrafia), treballs guiats (qüestionaris, wikis, debats, fòrums...) reproducció de models, càpsules de vídeo, solució de problemes.	3,6

Tant en les sessions presencials com en el treball autònom, l'estudiant treballarà de forma individual i en grups de treball.

Cada ECTS equival a 25 hores de dedicació de l'estudiant, considerant el temps invertit al total de les activitats relacionades amb el temps presencial i el temps de treball autònom, que el professor de l'assignatura guia, així com el temps de lectura, cerca d'informació, connexió a l'Aula Virtual, elaboració de treballs.

Continguts

Tema 1. Introducció.

- 1.1.- Presentació de l'assignatura i contextualització en el Pla d'estudi de Grau.

1.2.- Contextualització, conceptualització d'exercici físic i esport.

Tema 2. Classificació dels esports.

2.1.- Classificació estructural.

2.2.- Classificació funcional.

Tema 3. Tècnica.

3.1.- Contextualització i definició.

3.2.- Classificació.

3.3.- Casos pràctics i models de referència.

3.4.- Anàlisi qualitatiu i criteris d'eficàcia

Tema 4. Tàctica.

4.1.- Contextualització i definició.

4.2.- Classificació.

4.3.- Casos pràctics.

4.4.- Anàlisi funcional de la tàctica esportiva.

Tema 5. Estratègia.

5.1.- Contextualització i definició.

5.2.- Reglament esportiu i estratègia.

5.3.- Classificació.

5.4.- Casos pràctics: accions estratègiques en competició.

5.5.- Planificació estratègica.

Tema 6. Requeriments condicionals de l'esport.

6.1.- Contextualització.

6.2.- Anàlisi dels requeriments condicionals dels elements tècnic-tàctics esportius:

6.2.1.- Resistència

6.2.2.- Força

6.2.3.- Velocitat

6.2.4.- Amplitud de moviment

Tema 7. Esport: ètica i valors

7.1.- Contextualització i definició.

7.2.- Valors a l'esport

7.3.- *Fair Play*

Activitats d'aprenentatge

Les activitats de l'assignatura segueixen el sistema d'avaluació contínua, és a dir, que al llarg del trimestre el professor/a planteja diverses activitats, que els estudiants han de resoldre i entregar. El treball de cada una de les activitats permet valorar a l'estudiant, el seguiment que fa de l'assignatura i els elements de millora, a partir dels comentaris i notes que el professor/a farà de les activitats.

Les activitats que es plantegen poden ser individuals o en grups de treball. El professor/a dóna les indicacions per tal que els estudiants les puguin elaborar i entregar. Totes les activitats que es plantegen estan pensades perquè els estudiants tinguin una perspectiva pràctica dels temes que es desenvolupen a llarg de les deu setmanes del trimestre.

Sistema d'avaluació

El sistema de qualificació (Real decret 1125/2003, de 5 de setembre, pel que s'estableix el sistema europeu de crèdits i el sistema de qualificacions en les titulacions universitàries de caràcter oficial i vàlidesa en tot el territori estatal):

0 – 4,9: Suspens (SS)

5,0 – 6,9: Aprovat (AP)

7,0 – 8,9: Notable (NT)

9,0 – 10,0: Excel·lent (SB)

L'assignatura s'aprova si s'obté una qualificació igual o superior a 5 punts (sobre 10) segons la següent taula de ponderació:

Avaluació	Activitat avaluadora	Ponderació	Competències avaluades
Contínua	Treballs en grup i/o individuals	50%	G9, E6, E11, G4, G1, T2, T4, T6, E2, B4.
Final	Examen final	50%	G9, E6, E11, G4, G1, T4, T6, B4.

Criteris per poder fer mitjana entre les qualificacions de les activitats avaluadores:

Avaluació	Activitat avaluadora	Criteri
Contínua	Treballs en grup i/o individuals	Qualsevol nota
Final	Examen	5/10

Recuperació

Dintre del mateix curs acadèmic, les competències no assolides es poden recuperar. D'acord amb la normativa vigent, **només és possible realitzar les proves de recuperació si s'ha suspès l'examen. Si la qualificació és de No presentat/da, no s'hi podrà optar a la recuperació.** La nota obtinguda durant l'avaluació continuada es mantindrà.

Activitat avaluadora en període de recuperació	Ponderació	Competències avaluades
Treballs en grup i/o individuals (continua)	No recuperable	G9, E6, E11, G4, G1, T2, T4, T6, E2, B4
Examen	50%	G9, E6, E11, G4, G1, T4, T6, B4

Recursos

Bàsics

Bibliografies

- Knudson, DV. (2013). Qualitative diagnosis of human movement. Improving performance in sport and exercise. Champaign, IL (USA): Human Kinetics.
- Riera, J. (2005). Fundamentos del aprendizaje de técnica y táctica deportivas (4a ed.). Barcelona: INDE.
- Riera, J. (2005). Habilidades en el Deporte. Barcelona: INDE.
- Sampedro, J. (1999). Análisis de la estrategia en los Deportes de Equipo. Madrid: Gymnos.

Complementaris

Bibliografies

- Dixit, A.K. (1992). Pensar estratégicamente: Un arma decisiva en los negocios, la política y la vida diaria. Barcelona: Antoni Bosch.
- Hernández, J. (2001). Análisis de las estructuras del juego deportivo. Barcelona: INDE.
- Izquierdo, M. (2008). Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte. Madrid: Panamericana.
- Lagardera, F. i Lavega, P. (2004). La ciencia de la acción motriz. Col·lecció Motriu. Lleida: Universitat de Lleida - INEFC.
- Lasierra, G. i Lavega, P. (2004). 1015 juegos y formas jugadas de iniciación deportes equipo (4a ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Legaz, A. (2012). Manual de entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.
- Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad. Léxico comentado en acción motriz. Barcelona: Paidotribo.
- Seirul-lo, F. (2017). El entrenamiento en los deportes de equipo. Barcelona: Mastercede
- Solà, J. (2010). Inteligencia táctica deportiva: Entenderla y entrenarla. Barcelona: INDE.