

## GRAU EN FISIOTERÀPIA

### 23231 - ANÀLISIS FUNCIONAL DE L'EXERCICI I BASES DE L'ENTRENAMENT

#### Informació general

- Curs acadèmic 2024/25
- Curs: Segon
- Trimestre: Segon
- Nombre de crèdits: 6
- Professorat:
  - Arnau Gustems Morral [<agustems@tecnocampus.cat>](mailto:agustems@tecnocampus.cat)
  - Alberto Ortegón Piñero [<aortegon@tecnocampus.cat>](mailto:aortegon@tecnocampus.cat)

#### Llengües de docència

- Català

L'assignatura també s'impartirà en castellà i algun contingut en anglès.

#### Presentació de l'assignatura

El moviment corporal constitueix una eina essencial dintre de l'arsenal terapèutic del fisioterapeuta. Concretament, l'activitat física i l'exercici són expressions del moviment humà que cada vegada tenen més pes en el tractament de les persones amb diferents patologies. Per poder dur a terme una prescripció adequada d'aquestes eines en l'àmbit clínic, és necessari conèixer en profunditat la cinesiologia dels diferents moviments del cos i saber analitzar els paràmetres i les característiques que els conformen.

L'assignatura d'anàlisi funcional de l'exercici i bases de l'entrenament té com a objectiu presentar a l'estudiant les bases teòriques sobre el moviment del cos humà en relació amb la pràctica d'activitat física i exercici per, posteriorment, proporcionar-li el coneixement necessari sobre els principis de l'entrenament i les principals metodologies d'entrenament que s'utilitzen en l'àmbit clínic. A la part d'anàlisi funcional, es donaran les eines per començar analitzant exercicis analítics de diferents parts del cos, per posteriorment analitzar exercicis funcionals. Paral·lelament, a la part de bases de l'entrenament, s'explicaran els principis i conceptes bàsics de l'entrenament físic, així com els principals mètodes de treball que es poden fer servir per a la millora de les diferents capacitats físiques bàsiques que poden veure's afectades en la població incidint principalment en la força i la resistència.

La distribució dels continguts teòrics i/o pràctics de l'assignatura es podran consultar al cronograma i seccions de l'aula virtual corresponent abans del seu inici.

Aquesta assignatura vetlla per introduir la perspectiva de gènere en el seu contingut i desenvolupament. A més, els objectius estan alineats amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) de l'Agenda 2030 de les Nacions Unides.

L'aula (física o virtual) és un espai segur, lliure d'actituds masclistes, racistes, homòfobes, trànsfobes i discriminatòries, ja sigui cap a l'alumnat o cap al professorat. Confiam que entre totes i tots puguem crear un espai segur on ens puguem equivocar i aprendre sense haver de patir prejudicis d'altres.

#### Competències/Resultats d'aprenentatge

##### Específica

- RAE2 - Explicarà els principis de la biomecànica i l'electrofisiologia, aplicant les seves principals indicacions en l'àmbit de la fisioteràpia.
- RAE3 - Identificarà els aspectes psicològics i socials en la relació fisioterapeuta-pacient comprenent el resultat en l'estat de salut o malaltia de les persones, famílies i comunitat.
- RAE4 - Incorporarà tècniques d'assertivitat i habilitats socials aplicant-les, en l'educació per a la salut en els usuaris al llarg de tota la vida, en la

realització dels seminaris pràctics.

- RAE5 - Serà capaç d'identificar els factors que intervenen en situacions de treball en equip i de lideratge, en les activitats teòriques i/o pràctiques en les quals es treballi en aquesta modalitat.
- RAE6 - Analitzarà les estructures anatòmiques i els canvis fisiològics que succeeixen en les persones a conseqüència de les intervencions del professional en fisioteràpia, en la seva aplicació en les assignatures específiques.
- RAE7 - Serà capaç de reconèixer les situacions de risc vital executant les maniobres de suport bàsic en els seminaris pràctics i simulació.
- RAE8 - Serà capaç d'explicar la fisiopatologia de les malalties identificant les manifestacions que apareixen al llarg dels processos, els tractaments mèdic-quirúrgics, fonamentalment en els seus aspectes fisioterapèutics.
- RAE10 - Identificarà els problemes psicològics i físics derivats de la violència de gènere realitzant la detecció precoç, l'assistència, i la rehabilitació de les víctimes d'aquesta manera de violència en els seminaris pràctics, la simulació i les pràctiques acadèmiques externes.
- RAE13 - Serà capaç d'identificar, seguint els criteris de la pràctica fisioterapèutica, l'estat funcional de l'usuari, considerant els aspectes físics, psicològics i socials d'aquest.

No definides

## Continguts

---

### BLOC 1: ANÀLISI FUNCIONAL DE L'ACTIVITAT FÍSICA I L'EXERCICI

Tema 1. Fonaments de la motricitat i bases de la cinesiologia humana

Tema 2. Introducció al desenvolupament motor

Tema 3. Estratègies i eines per l'anàlisi del moviment

Tema 4. Anàlisi del moviment en la valoració funcional.

Tema 5. Anàlisi del moviment en l'execució de l'exercici

### BLOC 2: BASES TEÒRIQUES DE L'ENTRENAMENT FÍSIC

Tema 1. Principis de l'entrenament físic

Tema 2. El concepte de càrrega aplicat a l'entrenament

Tema 3. Entrenament de la força i altres funcions musculars

Tema 4. Entrenament de la resistència cardiovascular

Tema 5. Entrenament de la velocitat

Tema 6. Entrenament de la flexibilitat i l'amplitud articular.

## Objectius de Desenvolupament Sostenible

---

- 03 - Salut i benestar
- 04 - Educació de qualitat

## Sistema d'avaluació i qualificació

---

Aquesta assignatura podrà considerar en la seva proposta d'avaluació els següents indicadors detallats a la taula següent:

Sistema d'avaluació	Ponderació mínima	Ponderació màxima
SE1. Portafolis electrònic	10%	40%
SE2. Exposició oral	20%	50%
SE3. Examen	30%	60%
SE4. Autoevaluació	5%	30%
SE5. Evaluació entre iguals (2P2) o coevaluació	5%	30%

S'utilitza un sistema de qualificació quantitativa (de 0 a 10) i qualitativa (suspens, aprovat, notable, excel·lent, matrícula d'honor) segons RD 1125/2003.

Les assignatures tindran activitats d'avaluació i recuperació d'acord amb a la guia docent i el pla d'aprenentatge de l'assignatura, publicats a la seva aula virtual i que establiran els requisits necessaris per poder-hi concórrer.

D'acord amb la normativa UPF vigent, podran concórrer al procés de recuperació tots els estudiants que, havent participat a les activitats d'aprenentatge i avaluació durant el trimestre, hagin obtingut la qualificació de suspens de l'assignatura corresponent en l'avaluació trimestral. No hi podran concórrer els que no hagin participat en les activitats d'aprenentatge i avaluació o hagin renunciat a l'avaluació. Si la qualificació és de "no presentat/da", no podrà optar a la recuperació i per tant l'assignatura s'haurà de tornar acursar íntegrament al curs acadèmic següent.

En cas de còpia, plagi o ús il·legítim de la intel·ligència artificial generativa en qualsevol activitat avaluativa, cal consultar la Normativa d'avaluació dels ensenyaments de Grau i Màster del Centre Universitari TecnoCampus.