



FACULTAD DE EDUCACIÓN, PSICOLOGÍA Y  
CIENCIAS DEL DEPORTE  
**GUIA DOCENTE**

CURSO 2023-24

**GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL  
DEPORTE**

**DATOS DE LA ASIGNATURA**

**Nombre:**

ORIENTACIÓN Y PRESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA ORIENTADA A LA SALUD

**Denominación en Inglés:**

Guidance and prescription of physical activity to health oriented

**Código:**

202411218

**Tipo Docencia:**

Presencial

**Carácter:**

Obligatoria

**Horas:**

	<b>Totales</b>	<b>Presenciales</b>	<b>No Presenciales</b>
<b>Trabajo Estimado</b>	150	45	105

**Créditos:**

<b>Grupos Grandes</b>	<b>Grupos Reducidos</b>			
	<b>Aula estándar</b>	<b>Laboratorio</b>	<b>Prácticas de campo</b>	<b>Aula de informática</b>
4.32	1.68	0	0	0

**Departamentos:**

EDUCACION FISICA, MUSICA Y ARTES PLASTIC.

DIDACTICAS INTEGRADAS

**Áreas de Conocimiento:**

DIDACTICA DE LA EXPRESION CORPORAL

DIDACTICA DE LA EXPRESION CORPORAL

**Curso:**

3º - Tercero

**Cuatrimestre**

Segundo cuatrimestre

## DATOS DEL PROFESORADO (\*Profesorado coordinador de la asignatura)

Nombre:	E-mail:	Teléfono:
* Inmaculada Tornero Quinones	inmaculada.tornero@dempc.uhu.es	959 219 274

### Datos adicionales del profesorado (Tutorías, Horarios, Despachos, etc... )

- **Coordinadora:** Inmaculada Tornero Quiñones

**Centro/Departamento:** Facultad de Educación, Psicología y Ciencias del Deporte / Departamento de Didácticas Integradas

**Área de conocimiento:** Didáctica de la Expresión Corporal

**Nº despacho:** 16

**Teléfono:** 959213274

**E-mail:** inmaculada.tornero@dempc.uhu.es

**Horario de tutorías:** <http://www.uhu.es/fedu/?q=facultad-departamentos>

**Horario de enseñanza de la asignatura:**  
<http://www.uhu.es/fedu/?q=iacademica-gracief&op=horarios>

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

### 1. Descripción de Contenidos:

#### 1.1 Breve descripción (en Castellano):

No está descrita la asignatura en la memoria verifica, salvo por el apartado del contenidos.

#### 1.2 Breve descripción (en Inglés):

### 2. Situación de la asignatura:

#### 2.1 Contexto dentro de la titulación:

#### 2.2 Recomendaciones

Ninguno

### 3. Objetivos (resultado del aprendizaje, y/o habilidades o destrezas y conocimientos):

RA1.- Conocer las principales necesidades e intereses de poblaciones con características especiales.

RA2.- Conocer los beneficios físicos, psíquicos y sociales derivados de la práctica de actividad física.

RA3.- Conocer cómo promover hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física.

RA4.- Conocer métodos para cuantificar la actividad física y relacionarla con la Salud.

RA5.- Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.

RA6.- Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.

RA7.- Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.

RA8.- Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados

### 4. Competencias a adquirir por los estudiantes

#### 4.1 Competencias específicas:

**(AC\_2) 2.3.:** Diseñar y adaptar el ejercicio físico atendiendo al nivel de condición física para la mejora o readaptación de las capacidades de cada persona en relación con el movimiento humano.

**(AC\_2) 2.5.:** Identificar y diseñar programas de readaptación y/o reeducación mediante actividades físico-deportivas y ejercicios físicos adecuados a sus características y necesidades.

**(AC\_3) 3.1.:** Promover y desarrollar actuaciones que fomenten la adhesión a un estilo de vida activo y saludable mediante la práctica de actividad física y deporte entre los diferentes sectores de población.

**(AC\_3) 3.2.:** Saber promover, diseñar y aplicar programas de actividad física y deporte adaptados a las necesidades, demandas y características individuales y grupales de toda la población.

**(AC\_3) 3.3.:** Articular y desarrollar programas de promoción desde cualquier sector de intervención profesional (educación física, entrenamiento deportivo y/o ejercicio físico orientado a la salud) y según el contexto y las posibilidades y necesidades de la ciudadanía.

**(AC\_3) 3.4.:** Identificar y promover los beneficios bio-psico-sociales de la práctica de actividad física, deportiva y recreativa en cualquier sector de intervención profesional.

**(AC\_4) 4.2.:** Conocer, entender y saber enseñar, a nivel teórico-práctico, la condición física y el ejercicio físico orientado a la salud en diferentes contextos y entornos.

**(AC\_4) 4.3.:** Desarrollar e implementar la condición física y el ejercicio físico atendiendo a las características, necesidades y contexto de las personas, los diferentes tipos de población, y los espacios y sectores donde se realiza la actividad física y deporte.

#### 4.2 Competencias básicas, generales o transversales:

**CB1:** Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

**CB2:** Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

**CB3:** Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

**CB4:** Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

**CB5:** Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

**CG5:** Poseer habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores

relacionados con las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte con un alto grado de autonomía.

**CG3:** Reunir e interpretar datos relevantes en el área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte que permitan emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

**CG4:** Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado sobre temas relacionados con las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

**CG2:** Aplicar conocimientos adquiridos a su trabajo de forma profesional y poseer las competencias necesarias para la elaboración y defensa de argumentos y de resolución de problemas dentro del área de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

**CT2:** Desarrollo de una actitud crítica en relación con la capacidad de análisis y síntesis.

**CT6:** Promover, respetar y velar por los derechos humanos, la igualdad sin discriminación por razón de nacimiento, raza, sexo, religión, opinión u otra circunstancia personal o social, los valores democráticos, la igualdad social y el sostenimiento medioambiental.

**CT3:** Desarrollo de una actitud de indagación que permita la revisión y avance permanente del conocimiento.

## 5. Actividades Formativas y Metodologías Docentes

### 5.1 Actividades formativas:

- Clases teóricas/expositivas.
- Seminarios/talleres.
- Clases prácticas.
- Prácticas externas.
- Tutorías.
- Estudio y trabajo en grupo.
- Estudio y trabajo individual /autónomo.

### 5.2 Metodologías Docentes:

- Lección magistral.
- Estudio de casos.
- Resolución de problemas.
- Aprendizaje basado en problemas.

- Aprendizaje orientado a proyectos.
- Aprendizaje cooperativo.

### 5.3 Desarrollo y Justificación:

#### ACTIVIDADES FORMATIVAS

Actividades formativas	Nº Horas	% Presencialidad
AF1. Clases teóricas/expositivas	33	100%
AF2. Seminarios/talleres	10	100%
AF3. Clases prácticas	4	100%
AF4. Prácticas externas	2	0%
AF5. Tutorías	1	0%
AF6. Estudio y trabajo en grupo	40	0%
AF7. Estudio y trabajo individual /autónomo	60	0%

#### ***Alineamiento entre actividades formativas y metodologías docentes.***

	Actividades formativas	Metodologías docentes
<b>Presencial (45h.)</b>	Clases teóricas/expositivas	Lección magistral
	Seminarios/talleres	Estudio de casos Resolución de ejercicios y problemas
	Clases prácticas	Resolución de ejercicios y problemas Aprendizaje basado en problemas
	Prácticas externas	Aprendizaje basado en problemas
	Tutorías	Aprendizaje orientado a proyectos
<b>No presencial (105h.)</b>	Estudio y trabajo en grupo	Aprendizaje basado en problemas Aprendizaje cooperativo
	Estudio y trabajo individual /autónomo	Aprendizaje orientado a proyectos

Se propone un modelo activo, en el que el estudiante participe en la construcción de su propio conocimiento, y un modelo de aprendizaje significativo donde los nuevos conocimientos conecten con los intereses del alumnado y sus conocimientos previos. Esto implica utilizar fundamentalmente, métodos de enseñanza centrados en el alumno en los que la participación de éste en la toma de decisiones, o sus posibilidades de creación, sea cada vez mayor. De esta manera el profesor polarizará su actuación hacia una docencia centrada en el estudiante, lo que exigirá previamente su capacitación para un aprendizaje autónomo y dotarle de las herramientas necesarias para ello, y la modificación del rol del profesor, que deberá gestionar el proceso de aprendizaje de los alumnos.

La asignatura se desarrollará, fundamentalmente, a través de dos tipos de sesiones: pequeño y gran grupo. En las sesiones de gran grupo se desarrollarán los contenidos más teóricos de la materia, buscando la máxima participación posible del alumnado. Habrá exposiciones del profesor, pero será también muy importante la realización de diferentes actividades teórico-prácticas por parte de los alumnos. En relación a las sesiones prácticas, consistirán en el desarrollo de determinadas sesiones de actividad física orientada a la salud: obesidad, asma, diabetes, fibromialgia... y poderlas llevar a cabo si es posible a grupos de estas características de la población onubense. Además, si las circunstancias lo permiten nos visitarán desde las diferentes

asociaciones de Huelva y su provincia para compartir conocimientos y experiencias. De manera voluntaria el alumnado tiene a su disposición la visita a centros deportivos para visionar entrenamientos personales reales a personas con diferentes patologías.

## 6. Temario Desarrollado

Tema 1. Bases generales de la prescripción del ejercicio físico

Tema 2. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades cardiovasculares.

Tema 3. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades pulmonares.

Tema 4. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades neuromusculares.

Tema 5. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades endocrinas y metabólicas.

Tema 6. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades oncológicas.

Tema 7. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades de los huesos.

Tema 8. Orientación y prescripción de la actividad física en embarazo.

### ALINEAMIENTO ENTRE RESULTADOS DE APRENDIZAJE, METODOLOGÍA, ACTIVIDAD FORMATIVA Y EVALUACIÓN

<b>Asignatura:</b> Fisiología del ejercicio			
<b>Competencias</b>	CB1, CB2, CB3, CB4, CB5	CT2, CT3, CT6	AC2 2.3, AC2 2.5, AC3 3.1, AC3 3.2, AC3 3.3, AC3 3.4, AC4 4.2, AC4 4.3
<b>Tema 1. Bases generales de la prescripción del ejercicio físico</b>			
<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
<p><b>RA1.-</b> Conocer las principales necesidades e intereses de poblaciones con características especiales.</p> <p><b>RA2.-</b> Conocer los beneficios físicos, psíquicos y sociales derivados de la práctica de actividad física.</p> <p><b>RA3.-</b> Conocer cómo promover hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física.</p> <p><b>RA4.-</b> Conocer métodos para cuantificar la actividad física y relacionarla con la Salud.</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p>
<b>Tema 2. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades cardiovasculares</b>			

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>

### **Tema 3. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades pulmonares**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>

### **Tema 4. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades neuromusculares.**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
------------------------------	----------------------------	--------------------	-------------------

<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>
---	---	--	--

**Tema 5. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades endocrinas y metabólicas.**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>

**Tema 6. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades oncológicas.**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
------------------------------	----------------------------	--------------------	-------------------

<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>
---	---	--	--

**Tema 7. Orientación y prescripción de la actividad física en enfermedades de los huesos.**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
<p><b>RA5.-</b> Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.-</b> Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.-</b> Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.-</b> Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>

**Tema 8. Orientación y prescripción de la actividad física en embarazo**

<b>Resultado aprendizaje</b>	<b>Actividad formativa</b>	<b>Metodología</b>	<b>Evaluación</b>
------------------------------	----------------------------	--------------------	-------------------

<p><b>RA5.</b>- Conocer las bases para un correcto desarrollo de programas de Actividad Física y Salud en sujetos sanos y/o en condiciones especiales: obesidad, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, diabetes, artritis, osteoporosis, entre otros.</p> <p><b>RA6.</b>- Diseñar programas de actividad física para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA7.</b>- Poner en práctica el diseño de sesiones para poblaciones especiales.</p> <p><b>RA8.</b>- Identificar los ejercicios y actividades físicas inadecuadas para la salud y los riesgos derivados</p>	<p><b>AF1.</b> Clases teóricas/expositivas</p> <p><b>AF2.</b> Seminarios/talleres</p> <p><b>AF3.</b> Clases prácticas</p> <p><b>AF4.</b> Prácticas externas</p> <p><b>AF6.</b> Estudio y trabajo en grupo</p> <p><b>AF7.</b> Estudio y trabajo individual /autónomo</p>	<p><b>ME1.</b> Lección magistral</p> <p><b>ME2.</b> Estudio de casos</p> <p><b>ME3.</b> Resolución de problemas</p> <p><b>ME4.</b> Aprendizaje basado en problemas</p> <p><b>ME5.</b> Aprendizaje orientado a proyectos</p> <p><b>ME6.</b> Aprendizaje cooperativo</p>	<p><b>SE1.</b> Pruebas objetivas (Examen teórico)</p> <p><b>SE2.</b> Sistemas de Autoevaluación (Individual)</p> <p><b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)</p> <p><b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)</p> <p><b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)</p>
---	---	--	--

## 7. Bibliografía

### 7.1 Bibliografía básica:

- American College of Sports Medicine (2000). Manual de consulta para el control y la prescripción de ejercicio. Barcelona: Paidotribo.
- Bouchard, C., Blair, S.N. y Haskell, W.L. (2007). Physical Activity and Health. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Bushman, B. (2011). ACSM's Complete Guide to Fitness & Health. Champaign Illinois: Human Kinetics.
- Capdevila, L. (2005). Actividad física y estilos de vida saludables. Documenta Universia.
- Casajús, J.A. y Vicente-Rodríguez, G. (2011). Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales. Exernet. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Guillén del Castillo, M. (2005). El ejercicio físico como alternativa terapéutica para la salud. Wanceulen. - Manidi, M.J. y Dafflon-Arvanitou, I. (2002). Actividad física y salud. Barcelona: Masson.

### 7.2 Bibliografía complementaria:

- Carmona, J., Tornero-Quiñones, I. y Sierra, A. (2015). Body Image Avoidance Behaviors in Adolescence: a Multilevel Analysis of Contextual Effects Associated to the Physical Education Class. Psychology of Sport & Exercise, 16(3), 70-78
- Gago, J., Tornero-Quiñones, I., Carmona, J. y Sierra, A. (2012). Actitudes hacia la obesidad de los estudiantes de Magisterio de la Universidad de Huelva. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 22, 38-42.

- Gordon, N.F. (1993). Diabetes, Your complete Exercise Guide. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Heyward, V.H. (2006). Evaluación de la aptitud física y prescripción del ejercicio. Madrid: Panamericana.
- López, J. y López, L.M. (2008). Fisiología clínica del ejercicio. Madrid: Panamericana
- Ortega, R. (1992). Medicina del ejercicio físico y del deporte para la atención de la salud. Madrid: Díaz Santos.
- Segura-Jimenez V, Aparicio VA, Alvarez-Gallardo IC, Carbonell-Baeza A, Tornero-Quinones I, Delgado-Fernandez M. (2015). Does body composition differ between fibromyalgia patients and controls? The al-Andalus project. Clinical and experimental rheumatology, 33(1 Suppl 88), 25-32.
- Sanagua, J. y Acosta, G. (2005). Cardiología del ejercicio. Catamarca: Científica Universitaria.
- Schmidt, M. y Preisinger, E. (2007). Gimnasia para la Osteoporosis. Barcelona: Paidotribo.
- Serra, J.R. y Begur, C. (2004). Prescripción de ejercicio físico para la salud. Barcelona: Paidotribo. - Soriger, F. (1994). La obesidad. Madrid: Díaz Santos.
- Tejeiro, G. (2003). Diabetes Mellitus. Madrid: Edimat - Tornero-Quinones, I. y Fernández, E.J. (coord.) (2013). Actividad física, obesidad, alimentación e imagen corporal en la población de 6 a 10 años del entorno del Guadiana. Huelva: Copiadoras Bonanza.
- Tornero-Quinones, I., Sierra, A., Carmona, J. y Gago, J. (2015). Implicaciones didácticas para la mejora de la imagen corporal y las actitudes hacia la obesidad desde la Educación Física. Retos, 27, 146-155

### **Otros recursos**

Revistas indexadas de la lista JCR del área de ciencias del deporte:

- Sports Medicine - Physiological Reviews - Medicine & Science in Sports and Exercise
- British Journal of Sport Medicine
- International Journal of Sports Medicine - Journal of Applied Physiology
- Journal of Sport Sciences

## 8. Sistemas y criterios de evaluación

### 8.1 Sistemas de evaluación:

- Pruebas objetivas (verdadero/falso, elección múltiple, emparejamiento de elementos, etc.).
- Pruebas de respuesta corta.
- Pruebas de respuesta larga, de desarrollo.
- Pruebas orales (individual, en grupo, presentación de temas-trabajos...).
- Trabajos y proyectos.
- Informes/memorias de prácticas.
- Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas.
- Sistemas de Autoevaluación (oral, escrita, individual, en grupo).
- Escalas de actitudes (para recoger opiniones, valores, habilidades sociales y directivas, conductas de interacción).
- Técnicas de observación (registros, listas de control, ...).
- Portafolio.

### 8.2 Criterios de evaluación relativos a cada convocatoria:

#### 8.2.1 Convocatoria I:

La evaluación del temario se hará de la siguiente manera:

	Puntuación
<b>SE1.</b> Pruebas objetivas (verdadero/falso, elección múltiple, emparejamiento de elementos, etc.) (Examen teórico)	20%
<b>SE2.</b> Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas (desarrollo sesión práctica)	10%
<b>SE3.</b> Pruebas de respuesta larga, de desarrollo (Examen teórico)	30%
<b>SE4.</b> Informes/memorias de prácticas (Estudios de casos)	20%
<b>SE5.</b> Trabajos y proyectos (Patologías y AF)	20%

Para poder aprobar la asignatura es necesario superar cada criterio en un 50%. Para obtener este porcentaje es necesario acudir a cada una de las sesiones teórico-prácticas, permitiendo la ausencia en un 20% como máximo de las mismas. Las faltas podrán ser justificadas según el Reglamento de evaluación para las Titulaciones de Grado y Máster Oficial de la Universidad de Huelva.

Se podrá otorgar la calificación de matrícula de honor entre el alumnado que haya obtenido la calificación de Sobresaliente. Este reconocimiento será para los que tengan una calificación global más elevada, sumando la obtenida en todos los apartados referidos. El número de matrículas de honor estará en función del número de alumnos matriculados (se podrá otorgar 1 por cada 20

alumnos).

- Compromiso ético: Además de respetar un mínimo de valores personales y sociales, el estudiante deberá aceptar las normas éticas de honestidad intelectual. Entre otros principios, el estudiante deberá tener en cuenta que podrán ser hechos sancionables con una calificación de 0 puntos en la prueba afectada, los siguientes: copiar en los exámenes, el falseamiento de la bibliografía utilizada, la suplantación de la identidad en las pruebas de evaluación, o el plagio total o parcial de un trabajo. Según el DRAE (2001), “plagiar es copiar en lo sustancial obras ajenas, dándolas como propias”. Esto implica que en la elaboración de trabajos académicos no se pueden utilizar frases, párrafos u obras completas de otros autores sin citarlos adecuadamente.

- Muestra una correcta expresión escrita: la coherencia y cohesión en la expresión escrita son requisitos indispensables para la superación de las pruebas de evaluación. Los errores ortográficos y de expresión se valorarán como se detalla a continuación: En los trabajos del alumnado no se permitirá la presencia de faltas de ortografía. En el caso de que hubieses faltas se suspenderá dicho trabajo. En los exámenes teórico-prácticos se restará a la nota final: - 0,25 por la primera falta de ortografía; -0,5 por la segunda falta de ortografía y a partir de la tercera falta se restará 1 punto.

No se permitirá la entrega de trabajos en la plataforma fuera del plazo establecido para cada actividad/tarea de la asignatura.

El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.

#### 8.2.2 Convocatoria II:

Para la evaluación de la convocatoria II se tendrán en cuenta las siguientes circunstancias:

1. Para el alumnado que se haya acogido a la evaluación continua en la convocatoria I, y cumpla con una asistencia a más del 80% de las clases teórico-prácticas, se realizará una evaluación en esta nueva convocatoria teniendo en cuenta lo reflejado en el apartado de actividades evaluativas, y pudiendo guardarse la calificación obtenida en aquellos apartados superados previamente en la convocatoria I. Para poder aprobar la asignatura es necesario superar cada criterio en un 50%:
  - El 50% de la calificación se basará en la puntuación obtenida en el examen final de la asignatura, pudiendo mantener el formato o estructura de la convocatoria I o realizarse solo y exclusivamente mediante preguntas a desarrollar. Será obligatorio aprobar este examen (obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10), para que se puedan sumar el resto de puntuaciones obtenidas en los dos apartados anteriores. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
  - Un 10% de la calificación final se basará en la puntuación obtenida en la prueba de ejecución simulada
  - Un 20% de la calificación final se basará en estudios de casos
  - Un 20% de la calificación final se basará en el trabajo la prescripción de actividad física en una patología

La presente modalidad de evaluación solo y exclusivamente se tendrá en cuenta para aquellos alumnos cuya asistencia a las prácticas-teóricas de la asignatura haya sido igual o superior al 80%, pudiendo guardarse aquellos apartados que se aprobaron en la convocatoria I.

1. Para el alumnado cuya asistencia a las prácticas-teóricas no fuera del 80% (en la modalidad de evaluación continua) o se hubieran acogido a la evaluación final en la convocatoria I, no se guardarán ninguna de las calificaciones de los apartados restantes debiendo ajustarse a la modalidad descrita a continuación:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Ambos apartados supondrán el 80% de la calificación final de la asignatura. A este se le sumará un 20% correspondiente a la entrega de un dossier de trabajo para el que será obligatoria su entrega si se desea acceder al examen:

**Entrega de dossier de trabajo**, en el que se presenten de manera ordenada y lógica y de acuerdo con el temario desarrollado.

### 8.2.3 Convocatoria III:

En la convocatoria ordinaria III, podrá evaluarse al alumnado atendiendo a la evaluación escogida en la convocatoria I y II:

1. Para aquel alumnado con evaluación continua, se podrá respetar las calificaciones obtenidas de los apartados aprobados en el curso precedente siempre que hayan cursado la misma materia en el curso académico anterior y hayan presentado una asistencia superior al 80% de las prácticas-teóricas. En la presente convocatoria, aquellos apartados a los que se presenten para superar la asignatura deberán ser superados y mantendrán los mismos porcentajes establecidos en la convocatoria I y II.
2. Para aquel alumnado cuya asistencia a las prácticas-teóricas en el curso precedente no fuera del 80% (en la modalidad de evaluación continua) o se hubieran acogido a la evaluación final en convocatorias previas, no se guardarán ninguna de las calificaciones de los apartados restantes debiendo ajustarse a la evaluación descrita en la convocatoria única final.

### 8.2.4 Convocatoria extraordinaria:

La evaluación del temario se basará en un 100% en la puntuación obtenida en un examen teórico-práctico sobre todos los contenidos desarrollados en la asignatura, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.

En cualquier caso, se ajustará a la evaluación vigente en el curso académico inmediatamente anterior.

### 8.3 Evaluación única final:

#### 8.3.1 Convocatoria I:

De acuerdo al artículo 8 del *Reglamento de evaluación para las titulaciones de grado y máster oficial de la Universidad de Huelva*, aprobada el 13 de marzo de 2019, los estudiantes tendrán derecho a acogerse a una Evaluación única final.

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará al profesorado responsable por correo electrónico o según el procedimiento que se establezca en la guía docente de la asignatura. En este caso, el estudiante será evaluado en un solo acto académico que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

La/s prueba/s que formarán parte de la evaluación extraordinaria son:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Ambos apartados supondrán el 80% de la calificación final de la asignatura. A este se le sumará un 20% correspondiente a la entrega de un dossier de trabajo para el que será obligatoria su entrega si se desea acceder al examen:

**Entrega de dossier de trabajo**, en el que se presenten de manera ordenada y lógica y de acuerdo con el temario desarrollado

#### 8.3.2 Convocatoria II:

De acuerdo al artículo 8 del *Reglamento de evaluación para las titulaciones de grado y máster oficial de la Universidad de Huelva*, aprobada el 13 de marzo de 2019, los estudiantes tendrán derecho a acogerse a una Evaluación única final.

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará al profesorado responsable por correo electrónico o según el procedimiento que se establezca en la guía docente de la asignatura. En este caso, el estudiante será evaluado en un solo acto académico que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

La/s prueba/s que formarán parte de la evaluación extraordinaria son:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Ambos apartados supondrán el 80% de la calificación final de la asignatura. A este se le sumará un 20% correspondiente a la entrega de un dossier de trabajo para el que será obligatoria su entrega si se desea acceder al examen:

**Entrega de dossier de trabajo**, en el que se presenten de manera ordenada y lógica y de acuerdo con el temario desarrollado

### 8.3.3 Convocatoria III:

De acuerdo al artículo 8 del *Reglamento de evaluación para las titulaciones de grado y máster oficial de la Universidad de Huelva*, aprobada el 13 de marzo de 2019, los estudiantes tendrán derecho a acogerse a una Evaluación única final.

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará al profesorado responsable por correo electrónico o según el procedimiento que se establezca en la guía docente de la asignatura. En este caso, el estudiante será evaluado en un solo acto académico que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

La/s prueba/s que formarán parte de la evaluación extraordinaria son:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Ambos apartados supondrán el 80% de la calificación final de la asignatura. A este se le sumará un 20% correspondiente a la entrega de un dossier de trabajo para el que será obligatoria su entrega si se desea acceder al examen:

**Entrega de dossier de trabajo**, en el que se presenten de manera ordenada y lógica y de acuerdo con el temario desarrollado

#### 8.3.4 Convocatoria Extraordinaria:

De acuerdo al artículo 8 del *Reglamento de evaluación para las titulaciones de grado y máster oficial de la Universidad de Huelva*, aprobada el 13 de marzo de 2019, los estudiantes tendrán derecho a acogerse a una Evaluación única final.

Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, lo solicitará al profesorado responsable por correo electrónico o según el procedimiento que se establezca en la guía docente de la asignatura. En este caso, el estudiante será evaluado en un solo acto académico que incluirá todos los contenidos desarrollados en la asignatura, tanto teóricos como prácticos, y que se realizará en la fecha de la convocatoria de evaluación ordinaria.

La/s prueba/s que formarán parte de la evaluación extraordinaria son:

- **Examen teórico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones teóricas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10. El examen final de la asignatura constará de dos partes, una parte tipo test (con cuatro opciones de respuesta y una única opción correcta. Cada error supondrá una penalización de 1/3 del valor de la pregunta), y otra parte con preguntas de desarrollo teórico-prácticas.
- **Examen práctico**, sobre todos los contenidos desarrollados en las sesiones prácticas, que constará de preguntas a desarrollar. Para aprobar este examen tendrán que obtener al menos 5 puntos sobre un máximo de 10.

Ambos apartados supondrán el 80% de la calificación final de la asignatura. A este se le sumará un 20% correspondiente a la entrega de un dossier de trabajo para el que será obligatoria su entrega si se desea acceder al examen:

**Entrega de dossier de trabajo**, en el que se presenten de manera ordenada y lógica y de acuerdo con el temario desarrollado

**9. Organización docente semanal orientativa:**

Fecha	Grupos Grandes	G. Reducidos				Pruebas y/o act. evaluables	Contenido desarrollado
		Aul. Est.	Lab.	P. Camp	Aul. Inf.		
19-02-2024	0	0	0	0	0		
26-02-2024	0	0	0	0	0		
04-03-2024	0	0	0	0	0		
11-03-2024	0	0	0	0	0		
18-03-2024	0	0	0	0	0		
01-04-2024	0	0	0	0	0		
08-04-2024	0	0	0	0	0		
15-04-2024	0	0	0	0	0		
22-04-2024	0	0	0	0	0		
29-04-2024	0	0	0	0	0		
06-05-2024	0	0	0	0	0		
13-05-2024	0	0	0	0	0		
20-05-2024	0	0	0	0	0		
27-05-2024	0	0	0	0	0		
03-06-2024	0	0	0	0	0		

**TOTAL            0            0            0            0            0**