

DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

Materia:	ACTIVIDAD FÍSICA PARA POBLACIONES CON NECESIDADES ESPECIALES		
Identificador:	30666		
Titulación:	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. 2012 (14/05/13)		
Módulo:	LAS ACTIVIDADES FÍSICAS DE WELLNESS Y TIEMPO LIBRE		
Tipo:	OBLIGATORIA		
Curso:	3	Periodo lectivo:	Segundo Cuatrimestre
Créditos:	6	Horas totales:	150
Actividades Presenciales:	68	Trabajo Autónomo:	82
Idioma Principal:	Castellano	Idioma Secundario:	Inglés
Profesor:	SAGARRA ROMERO, LUCIA (T)	Correo electrónico:	lsagarra@usj.es

PRESENTACIÓN:

A través de esta materia, **Actividad Física para Poblaciones con Necesidades Especiales**, se estudiarán contenidos relacionados con la diversidad de grupos denominados poblaciones especiales, estableciendo una serie de generalidades y consideraciones a tener en cuenta, pautas de actuación, así como adaptaciones relacionadas con la práctica de la actividad física en en contexto de la discapacidad y/ o de los diferentes procesos de salud-enfermedad.

El primer bloque de contenidos de la asignatura está vinculado al conocimiento de las **enfermedades crónicas** más prevalentes hoy en día, y los beneficios que la actividad física puede producir en el desarrollo y tratamiento de las mismas.

Seguidamente se estudiará el **deporte adaptado**, profundizando en el conocimiento de la actividad deportiva de las personas con discapacidad. Se analizarán las condiciones y necesidades del deporte adaptado actuales, así como la competición y práctica de las distintas disciplinas deportivas, las terapias específicas y técnicas de trabajo para personas con algún tipo de discapacidad. Para ello se realizará una aproximación a las entidades en el ámbito del deporte adaptado, que son quienes gestionan las necesidades de estos colectivos.

Parte de la asignatura está vinculada a la metodología de aprendizaje basado en proyectos, se intenta de este modo, que el alumnado pueda expandir los recursos educativos en un contexto social, próximo y real, fomentando las competencias de la ciudadanía y haciendo que los conocimientos adquiridos tengan un valor añadido. En definitiva, se trata de que el alumno-a adquiera una visión en profundidad desde un punto de vista teórico-práctico de los diferentes colectivos de personas que pueden ser susceptibles de beneficiarse de un programa de actividad física adaptada a sus singularidades y características.

COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

Competencias Generales de la titulación	G02	Capacidad de organización y planificación
	G03	Capacidad para la comunicación oral y escrita
	G07	Capacidad para resolución de problemas y la toma de decisiones
	G10	Habilidad para las relaciones interpersonales
	G11	Capacidad para el reconocimiento y el respeto de la diversidad y la multiculturalidad
	G13	Capacidad para el compromiso ético en su vida personal y profesional
	G15	Capacidad de adaptación a las nuevas situaciones
	G16	Capacidad de liderazgo, iniciativa y espíritu emprendedor
Competencias Específicas de la titulación	E01	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
	E02	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y el deporte
	E03	Capacidad para planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos

		niveles
	E04	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos y biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte
	E05	Capacidad para evaluar la condición física y prescribir ejercicios físicos orientados hacia la salud
	E06	Capacidad para identificar riesgos que se derivan para la salud, de la práctica de actividades físicas inadecuadas
	E07	Capacidad para planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y actividades físico-deportivas
	E09	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el materiales y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
	E12	Capacidad para desarrollar habilidad de liderazgo, relaciones interpersonales y trabajo en equipo
	E13	Capacidad para desarrollar las competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo
	E15	Capacidad para conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional
Resultados de Aprendizaje	R01	Comprender la situación actual del deporte adaptado en nuestra sociedad
	R02	Identificar minusvalías y discapacidades para la práctica del ejercicio físico
	R03	Aplicar las pautas de actuación para trabajar con personas con diferentes discapacidades
	R04	Proponer diferentes programas de ejercicios físicos para las diferentes minusvalías y discapacidades
	R05	Resolver problemas reales o ficticios de sujetos deportistas con alguna minusvalía
	R06	Coordinar y planificar programas de ejercicio físico adaptado.

REQUISITOS PREVIOS:

REQUISITOS GENERALES PLAN CONTINGENCIA SARS-CoV-2

En el escenario actual del virus SARS-CoV-2, los principios básicos a seguir por toda la Comunidad Universitaria son los siguientes:

- Uso obligatorio y eficaz de la mascarilla.
- Control voluntario de temperatura antes del acceso a cada edificio.
- Cumplimiento estricto de las indicaciones, señalización y sectorización realizada en todos los espacios del Campus.
- Mantenimiento de la distancia de seguridad mínima de 1,5 m.
- Limitación de los contactos y desplazamientos dentro de la Universidad. Sólo se realizarán los estrictamente necesarios.
- Potenciación al máximo de la ventilación de todos los espacios, priorizando la ventilación natural siempre que ésta sea posible.
- Mantenimiento de la higiene de manos prioritariamente mediante el lavado con agua y jabón.
- Uso de gel hidroalcohólico.
- Mantenimiento de la higiene de superficies y espacios.
- Adecuada gestión de los posibles casos. Responsabilidad individual y colectiva: al primer síntoma hay que quedarse en casa.

REQUISITOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Para el adecuado desarrollo de las sesiones prácticas, es necesario que el alumno participe con la vestimenta deportiva y calzado adecuados de acuerdo a cada especialidad deportiva y al reglamento propio de la misma.

Es conveniente, para el buen seguimiento de la asignatura, haber asimilado conocimientos previos de asignaturas de otros cursos como la fisiología, anatomía y teoría del entrenamiento deportivo (entre otras).

Aquellos alumnos que padezcan o hayan padecido algún tipo de afección (lesiones, problemas cardíacos, respiratorios, etc.) que limite su capacidad física, deberá comunicarlo a los profesores responsables de la asignatura a lo largo de la primera semana del curso.

Es imprescindible tener fácil acceso a internet para poder descargarse y consultar la documentación necesaria del campus virtual (Plataforma Docente Universitaria PDU), realizar actividades formativas, revisar el correo electrónico y mantener un contacto directo y regular con la asignatura.

PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Contenidos de la materia:

1 - Actividad Física en grupos de poblaciones especiales
1.1 - Generalidades
1.2 - Anamnesis. Entrevista Inicial
1.3 - Test Valoración
1.4 - Actividad Física y Embarazo
1.5 - Actividad Física y Personas Mayores
1.6 - Actividad Física y Enfermedad Cardiovascular
1.7 - Actividad Física y Enfermedad Metabólica y Endocrina
2 - Prescripción del ejercicio físico
2.1 - Programas Prescripción
3 - La actividad física y el deporte adaptado. Conceptualización
3.1 - Concepto de actividad física adaptada. Ámbitos y orientación
3.2 - Evolución histórica del deporte adaptado
3.3 - Actividad Física Adaptada en personas con diversidad funcional sensorial, motriz e intelectual
3.4 - Terapias específicas y técnicas de trabajo para personas con discapacidad
3.5 - Integración, inclusión y normalización de la actividad física adaptada y el deporte adaptado. Concepto deporte unificado

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo, disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:

Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:

La metodología utilizada será fundamentalmente práctica con un apoyo en fundamentos teóricos. A partir de las sesiones presenciales se propondrán una serie de trabajos autónomos y grupales con una clara orientación práctica, tutelados por el profesor/ a. Las metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar son:

SESIONES TEÓRICAS:

Transmisión de contenidos a través de la exposición oral con el apoyo de las TIC (Tecnologías de la información y la comunicación). Durante la exposición se podrán plantear preguntas o situaciones problemáticas sobre un tema, introducir pequeñas actividades prácticas, resolver dudas que puedan plantearse, presentar informaciones incompletas, orientar la búsqueda de información, fomentar el debate individual o en grupo.

SESIONES PRÁCTICAS:

La metodología durante las sesiones prácticas tendrá una finalidad de trabajo en equipo, fortaleciendo unos valores de cooperación, sensibilización y respeto (entre otros). Se aplicarán estilos de enseñanza diversos, dependiendo de los objetivos docentes así como la naturaleza de la tarea. Entre éstos destacan: asignación de tareas, descubrimiento guiado, resolución de problemas o enseñanza recíproca.

* Aquellos alumnos que acudan a las sesiones prácticas y presenten algún tipo de justificante de incapacidad para llevar a cabo dicha práctica, deberán registrar lo acontecido durante la sesión y enviarlo con un artículo complementario (temática establecida por el docente), en un plazo máximo de 48h. En caso de incumplimiento, será penalizado/ a con -0,5 puntos sobre la nota final de la asignatura.

TRABAJO AUTÓNOMO:

De acuerdo con la normativa del Proceso Bolonia, el trabajo autónomo por parte del alumnado adquiere un porcentaje elevado en el número de horas totales de las asignaturas. El alumnado deberá implicarse activamente en la elaboración de trabajos, búsquedas bibliográficas o análisis de artículos entre otros.

TRABAJO DE GRUPOS:

El alumnado en grupos de 3-4 alumno y en parejas, realizarán una progresión teórico/ práctica de los fundamentos desarrollados en la asignatura.

SESIONES DE TUTORÍA:

El estudiante podrá plantear, tanto de forma presencial como a través de la plataforma virtual, todas aquellas dudas que no han podido ser solucionadas durante las clases presenciales. Por otra parte, durante estas sesiones se realizará un seguimiento de los grupos, supervisando y orientando directamente el proceso de cada una de las actividades realizadas.

NOTA:

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases se utilizarán únicamente a indicaciones de la profesora, y exclusivamente con fines docentes.

- Nadie podrá entrar en el aula una vez que la profesora haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización de la profesora antes del término de la clase, así como comer, beber y fumar en su interior, incluso antes, en el descanso entre clases y al término de la misma.

- Cada alumno situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.

- Los e-mails que se envíen a la profesora deberán permitir la identificación de su origen (renombrando el remitente con nombre y dos apellidos, curso y grupo), e indicarán en el asunto el motivo de la consulta. Se responderán únicamente los emails o mensajes que contengan preguntas concretas acerca de la asignatura.

- No se atenderán e-mails las 72 horas anteriores al examen, ni 72 horas tras la revisión de examen teórico.

- Es responsabilidad de los alumnos obtener las explicaciones ofrecidas por el profesor en clase; al tratarse de un grado presencial, la asistencia es obligatoria y no puede exigirse que la materia evaluada se corresponda exactamente con alguno de los materiales incorporados a la PDU para facilitar el estudio al alumno. En este sentido, no se atenderán tutorías que pretendan reproducir la clase a la que no se asistió. En el caso de los alumnos que por trabajo (exclusivamente los incluidos en el listado de Secretaría General) o solape con asignaturas (en los términos establecidos en la normativa académica) sean objeto de la exoneración de cumplir el 80% de asistencia, el plan personalizado al que deben someterse preverá dicha circunstancia.

Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
Actividades Presenciales	Clase magistral	30
	Otras actividades teóricas	4
	Casos prácticos	6
	Resolución de prácticas, problemas, ejercicios etc.	8
	Debates	2
	Exposiciones de trabajos de los alumnos	4
	Proyección de películas, documentales etc.	2
	Talleres	2
	Asistencia a charlas, conferencias etc.	2
	Otras actividades prácticas	2
	Actividades de evaluación	4
	Asistencia tutorías	2
Trabajo Autónomo	Estudio individual	48
	Preparación de trabajos individuales	8
	Preparación de trabajos en equipo	8
	Tareas de investigación y búsqueda de información	6
	Lecturas obligatorias	4
	Lectura libre	6
	Asistencia a actividades externas (visitas, conferencias, etc.)	2
Horas totales:		150

SISTEMA DE EVALUACIÓN:

Obtención de la nota final:

Pruebas escritas:	25	%
Trabajos individuales:	20	%
Trabajos en equipo:	20	%
Prueba final:	35	%
TOTAL	100	%

*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

Bibliografía básica:

COMITÉ PARALÍMPICO ESPAÑOL. La inclusión en la actividad física y deportiva. Barcelona: Editorial Paidotribo, 2014
SANZ, David. Actividades Físicas y Deportes adaptados para personas con discapacidad. Barcelona: Editorial Paidotribo, 2012
VVAA. Ejercicio Físico y Salud en Poblaciones Especiales. Exernet. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 2011
SAÑUDO B., MARTÍNEZ V., MUÑO A J. Actividad Física en Poblaciones Especiales. Salud y Calidad de Vida. Sevilla: Editorial Wanceulen, 2012
CHOQUE J., CHOQUE S. Actividades de Animación para la Tercera Edad. Editorial Paidotribo, 2007
JACOBS P., NSCA's Essentials of training special population. Human Kinetics, 2017
VV.AA. ACSM. Recursos para el especialista en fitness y salud. ACSM, 2013

Bibliografía recomendada:

RÍOS, Merche. Manual de la Educación Física adaptada al alumno con discapacidad. Barcelona: Editorial Paidotribo. 2007
World Health Organization. Obesity: Preventing and managing the global epidemic. WHO Technical Reports Series. Nº 894. Geneva:WHO, 2000.
LIPPINCOT, W. American College of Sports Medicine. Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 8ªed.

Baltimore: Lippincott, 2010.

BERNAL, J.A., El profesor de Educación Física y el alumno sordo. Sevilla: Sevilla, 2000.

DAVIS, R.W. Teaching disability sport: a guide for physiscal educators (2nd ed). Champaing, IL USA: Human Kinetics, 2011.

VOGEL, T. BRECHAT, P.H. LEPRETE, P.M. KALTENCACH, G. BERTHEL, M. LONSDORFER, J. Health benefits of physical activity in older patients: a review. Int. J. Clin. Pract. 63:303-20, 2009.

KRAMER, M.S. MCDONALD, S.W. Aerobic exercise for women during pregnancy. Cochrane Database os Systematic Reviews, 3:CD000180.DOI:10.1002/ 14651858.CD000180.pub2, 2006.

SNOWLING, N.L. HOPKINS, W.G. Effects of different modes of exercise training on glucose control and risk factors for complications in type 2 diabetic patients: a meta-analysis. Diabetes Care. 29(11): 2518-27, 2006.

RAMOS-CALVO, P.M. GONZÁLEZ-SUÁREZ, A.M. Avances en actividad física y salud. Avances en ciencias del deporte. Bilbao: Servicio editorial de la Universidad del País Vasco, 2005.

LÓPEZ-CHICHARRO, J. FERNÁNDEZ-VAQUERO, A. La fisiopatología de la enfermedad pulmonar en el ejercicio. Fisiología del Ejercicio: Madrid: editorial médica panamericana, 1998.

WILLIAMSON, P. Ejercicio físico para poblaciones especiales. Madrid: editorial WOLTERS KLUWER, 2020.

Páginas web recomendadas:

SPECIAL OLYMPICS	http://www.specialolympics.es/
SPECIAL OLYMPICS ARAGON	http://specialolympicsaragon.scoom.com/
FEDERACION ESPAÑOLA DE DEPORTE PARA CIEGOS	http://www.fedc.es/
FEDERACION ESPAÑOLA DE DEPORTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA	http://www.feddf.es/
FEDERACION ESPAÑOLA DE DEPORTES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL	http://www.feddi.org/
FEDERACION ESPAÑOLA DE DEPORTES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL	http://www.feddi.org/
DELEGACIÓN ARAGONESA DE DISCAPACITADOS FÍSICOS	http://www.decai.org
CARTA OLIMPICA (2007)	http://www.coe.es
IMSERO-INSTITUTO DE MAYORES Y SERVICIOS SOCIALES	http://www.imserso.es
ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. OMS	http://www.who.int/es/