

## DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

<b>Materia:</b>	ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE AGUA Y AIRE		
<b>Identificador:</b>	30661		
<b>Titulación:</b>	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. 2012 (14/05/13)		
<b>Módulo:</b>	FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES		
<b>Tipo:</b>	OBLIGATORIA		
<b>Curso:</b>	3	<b>Periodo lectivo:</b>	Primer Cuatrimestre
<b>Créditos:</b>	6	<b>Horas totales:</b>	150
<b>Actividades Presenciales:</b>	60	<b>Trabajo Autónomo:</b>	90
<b>Idioma Principal:</b>	Castellano	<b>Idioma Secundario:</b>	Inglés
<b>Profesor:</b>	LOZANO JARQUE, DEMETRIO (T)	<b>Correo electrónico:</b>	dlozano@usj.es

## PRESENTACIÓN:

A través de esta materia se llevará a cabo una introducción a las características y particularidades de las actividades deportivas de agua y aire, estudiando y vivenciando de manera práctica la dinámica general de cada deporte, sus elementos técnicos, tácticos y reglamentarios. Se desarrollará el estudio teórico-práctico de las siguientes modalidades deportivas de agua: submarinismo, piragüismo y remo; de aire: vela, windsurf y parapente.

## COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

<b>Competencias Generales de la titulación</b>	G02	Capacidad de organización y planificación
	G07	Capacidad para resolución de problemas y la toma de decisiones
	G12	Capacidad de razonamiento crítico
	G15	Capacidad de adaptación a las nuevas situaciones
<b>Competencias Específicas de la titulación</b>	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.
	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
<b>Resultados de Aprendizaje</b>	R01	Conocer y entender las características del deporte en el medio natural.
	R02	Comprender la dinámica general de estos deportes
	R03	Analizar diferentes aspectos técnico-tácticos de estos deportes
	R04	Conocer y transmitir conceptos de iniciación deportiva para estos deportes
	R05	Diseñar programas de trabajo de iniciación deportiva para de diferentes edades y etapas evolutivas
	R06	Resolver situación conflicto ante problemas de aprendizaje deportivo
	R07	Planificar y organizar actividades y eventos relacionados con estos deportes
	R08	Proponer y aplicar un amplio repertorio de ejercicios de entrenamiento técnico

## REQUISITOS PREVIOS:

Dadas las características de estas especialidades deportivas, así como sus exigencias a nivel físico y coordinativo, es necesario que los alumnos posean un nivel mínimo suficiente tanto a nivel condicional como coordinativo.

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, al reglamento propio de la misma y cumpliendo las normas de seguridad específicas del deporte.

Aquellos alumnos que padezcan o hayan padecido algún tipo de afección (lesiones, problemas cardíacos, respiratorios, etc.) que límite su capacidad física, deberán comunicarlo al profesor responsable de la asignatura a lo largo de la primera semana del curso.

Los alumnos que sólo puedan participar de manera parcial en las prácticas por causas justificadas (las cuales

deberán ser presentadas previamente en Secretaría Académica) deberán comunicarlo al docente al inicio del curso, a fin de adaptar su participación a su estado, limitaciones y posibilidades para salvaguardar su salud. Podrá exigirse justificación documental de dicha limitación.

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

### PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Observaciones:

Todas las clases teóricas se impartirán de manera telepresencial por la plataforma Teams.

Las clases prácticas se realizarán de manera presencial en grupos reducidos, en diferentes emplazamientos: Vela-Windsurf en Caspe; Piragüismo-Remo en el río Ebro; Parapente en el aeródromo de Villanueva de Gállego; Submarinismo en la piscina del Campus USJ. La USJ dispondrá de transporte para llegar a los emplazamientos a realizar dichas prácticas.

Las salidas se realizarán según la **Previsión de actividades de aprendizaje**.

No obstante, el programa de prácticas deportivas no debe considerarse como definitivo, ya que podría verse afectado por causas ajenas a la asignatura (condiciones climáticas, restricciones organizativas, cualquier modificación en las condiciones de las empresas contratadas por cambio de la situación actual, etc.).

### Contenidos de la materia:

<b>1 - Actividades de Aire</b>
1.1 - Vela - Windsurf
1.1.1 - Iniciación a la Vela - Windsurf
1.1.2 - Aspectos técnico-tácticos básicos y reglamentarios de la Vela - Windsurf
1.1.3 - Metodología de enseñanza-aprendizaje de la Vela - Windsurf
1.2 - Parapente
1.2.1 - Iniciación al Parapente
1.2.2 - Aspectos técnico-tácticos básicos y reglamentarios del parapente
1.2.3 - Metodología de enseñanza-aprendizaje del Parapente
<b>2 - Actividades de Agua</b>
2.1 - Piragüismo - Remo
2.1.1 - Iniciación al Piragüismo -Remo
2.1.2 - Aspectos técnico-tácticos básicos y reglamentarios del Piragüismo-Remo
2.1.3 - Metodología de enseñanza-aprendizaje del Piragüismo-Remo
2.2 - Actividades subacuáticas: Submarinismo
2.2.1 - Iniciación a las actividades subacuáticas
2.2.2 - Aspectos técnico-tácticos básicos y reglamentarios de las actividades subacuáticas
2.2.3 - Metodología de enseñanza-aprendizaje de las actividades subacuáticas

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 los docentes.

Las metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar serán las siguientes:

**SESIONES TEÓRICAS (Teams):**

Transmisión de contenidos a través de la exposición oral con el apoyo de las TIC (Tecnologías de la información y la comunicación), serán tele-presenciales a través de la plataforma Teams. 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 (Presenciales):**

La metodología durante las sesiones prácticas tendrá una finalidad de trabajo en equipo, fortaleciendo unos valores de cooperación 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.

**TRABAJO AUTÓNOMO:**

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, ensayos coreográficos o análisis de artículos entre otros.

**TRABAJO DE GRUPOS:**

El alumnado, en grupos de 4 ó 5 alumnos/ as, realizarán una progresión teórico/ práctica de los fundamentos desarrollados en la asignatura con la elección de un tema y formato determinados por el docente.

**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.

**NOTAS:**

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases presenciales se utilizarán únicamente a indicaciones del profesor, y exclusivamente con fines docentes.
- Nadie podrá entrar en el aula una vez que el profesor haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización del profesor 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/ a situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.
- Los e-mails que se envíen al profesor 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.

**Volumen de trabajo del alumno:**

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
<b>Actividades Presenciales</b>	Clase magistral	20
	Casos prácticos	3
	Resolución de prácticas, problemas, ejercicios etc.	23
	Exposiciones de trabajos de los alumnos	4
	Actividades de evaluación	10
<b>Trabajo Autónomo</b>	Asistencia a tutorías	2
	Estudio individual	22
	Preparación de trabajos individuales	20

	Preparación de trabajos en equipo	20
	Tareas de investigación y búsqueda de información	6
	Lecturas obligatorias	6
	Portafolios	10
	Otras actividades de trabajo autónomo	4
	<b>Horas totales:</b>	<b>150</b>

### SISTEMA DE EVALUACIÓN:

#### Obtención de la nota final:

Pruebas escritas:	30 %
Trabajos individuales:	15 %
Trabajos en equipo:	15 %
Prueba final:	40 %
<b>TOTAL</b>	<b>100 %</b>

\*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:

PARRA, C. El piragüismo como una propuesta de enseñanza recreativa. Sevilla: Wanceulen. Ed. Deportiva, 2010.
VVAA. Iniciación al kayak en aguas bravas: todos los conocimientos técnicos y de equipación para empezar a practicar. Madrid: Tutor, 2005.
ARQUÉ, Mario. Parapente iniciación: Manual básico. Lleida. Perfils, 2010.
LEDESMA, Jimeno. Principios de meteorología y climatología. Madrid: Paraninfo, 2010.
BASIL, M. Aprender a navegar a vela. Madrid: Tutor, 2012.
JORDANA, Alfonso. El libro del PER: patrón de embarcaciones de recreo. Madrid: Avante, 2014.
MALAMAS, Jean Pierre. 1000 Ejercicios y juegos de buceo y actividades subacuáticas. Barcelona: Hispano Europea, 1996.
PELLON, J. Guía deL kitesurf y windsurf en España: Nociones básicas y los mejores spots de kitesurf y windsurf. Editorial Everest, 2011.

#### Bibliografía recomendada:

WILLIAM, Nealy. Kayak: Manual animado de la técnica de aguas bravas. Madrid: Desnivel, 1998.
MALAMAS, Jean Pierre. Aprender a bucear. Barcelona: Hispano Europea, 1999.
GORDON, Perry. Nudos: Una guía práctica para realizar paso a paso más de 100 nudos. Barcelona: Paidotribo, 2007.
SLEIGHT, Steve. AINSLIE, Charles B. Manual completo de vela. Barcelona: Blume, 2016.

#### Páginas web recomendadas:

Federación Aragonesa de deportes aéreos	<a href="http://www.fada.aero/">http://www.fada.aero/</a>
Federación Aragonesa de Vela	<a href="http://velaaragon.es/">http://velaaragon.es/</a>
Federación Aragonesa de piragüismo	<a href="http://www.fapiraguismo.es/">http://www.fapiraguismo.es/</a>
Federación Aragonesa de Actividades Subacuáticas	<a href="http://faras.blogia.com/">http://faras.blogia.com/</a>
Federación Aragonesa de Remo	<a href="http://farremo.es/">http://farremo.es/</a>