



UNIVERSIDAD DE CASTILLA - LA MANCHA

GUÍA DOCENTE

1. DATOS GENERALES

Asignatura: EJERCICIO FÍSICO, DEPORTE Y SALUD	Código: 15337
Tipología: OPTATIVA	Créditos ECTS: 6
Grado: 388 - GRADO EN ENFERMERÍA (AB)	Curso académico: 2019-20
Centro: 301 - FACULTAD DE ENFERMERIA DE ALBACETE	Grupo(s): 10
Curso: 3	Duración: C2
Lengua principal de impartición: Español	Segunda lengua:
Uso docente de otras lenguas:	English Friendly: N
Página web:	Bilingüe: N

Profesor: ISABEL MARÍA GUISADO REQUENA - Grupo(s): 10				
Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
BENJAMÍN PALENCIA	ENFERMERÍA, FISIOTERAPIA Y TERAPIA OCUP.	967599200 ext. 2735	isabelM.Guisado@uclm.es	Lunes, Martes y Miércoles de 10.30 a 13.30 Concertar previamente por e-mail

2. REQUISITOS PREVIOS

No existen requisitos previos

3. JUSTIFICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS, RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS Y CON LA PROFESIÓN

Esta asignatura es una Optativa ofertada en el Plan de Estudios por la trascendencia que para la Salud tiene el ejercicio Físico en la sociedad, así como la cada vez más extendida "cultura del deporte"

4. COMPETENCIAS DE LA TITULACIÓN QUE LA ASIGNATURA CONTRIBUYE A ALCANZAR

Competencias propias de la asignatura

Código	Descripción
B02	Dominio de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).
B03	Una correcta comunicación oral y escrita.
C01	Aprender a aprender.
C02	Resolver problemas complejos de forma efectiva en el campo de la enfermería.
C03	Aplicar pensamiento crítico, lógico y creativo, demostrando dotes de innovación.

5. OBJETIVOS O RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPERADOS

Resultados de aprendizaje propios de la asignatura

No se han establecido.

Resultados adicionales

Conocer los beneficios y alteraciones de salud producidos por la actividad física

6. TEMARIO

Tema 1: Ejercicio físico y deporte

- Tema 1.1** Conceptos básicos.
- Tema 1.2** Beneficios del EF
- Tema 1.3** Metabolismo energético en el ejercicio
- Tema 1.4** Adaptaciones al ejercicio
- Tema 1.5** Valoración de la forma física
- Tema 1.6** Metodología de la valoración funcional del rendimiento físico
- Tema 1.7** Recuperación física
- Tema 1.8** Respuestas patológicas al esfuerzo
- Tema 1.9** Rendimiento deportivo y factores ambientales
- Tema 1.10** Ayudas ergogénicas y dopaje
- Tema 1.11** Psicología del EF y deporte
- Tema 1.12** Prevención accidentes en EF y D
- Tema 1.13** Actividad enfermera en el EF y Deporte

Tema 2: Salud, enfermedad en EF y deporte

- Tema 2.1** El EF y D en el asma
- Tema 2.2** Ef y D en Diabetes
- Tema 2.3** EF y D en problemas cardíacos
- Tema 2.4** EF y D en alteraciones hemáticas
- Tema 2.5** EF y D en alteraciones nerviosas
- Tema 2.6** Hemorragias y heridas en EF y D

Tema 2.7 Accidentes en EF y D

Tema 2.8 Ahogamiento e hidrociación

Tema 2.9 Muerte súbita en el deporte

Tema 2.10 Otros aspectos de la salud y el EF y D

7. ACTIVIDADES O BLOQUES DE ACTIVIDAD Y METODOLOGÍA									
Actividad formativa	Metodología	Competencias relacionadas	ECTS	Horas	Ev	Ob	Rec	Descripción	
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL]	Método expositivo/Lección magistral	B02 B03 C01 C02 C03	1.92	48	S	N	S	Exposición de temas previamente leídos por el alumno y que al acabar la clase deberá demostrar conocer	
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA]	Trabajo autónomo	C01 C02 C03	2.24	56	S	N	S		
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Trabajo autónomo	C01 C02 C03	1.36	34	S	N	S		
Pruebas de progreso [PRESENCIAL]	Trabajo autónomo	B02 B03 C02 C03	0.12	3	S	N	S		
Prueba final [PRESENCIAL]	Trabajo autónomo	B02 B03 C02 C03	0.12	3	S	S	S		
Talleres o seminarios [PRESENCIAL]	Estudio de casos	B03 C02 C03	0.24	6	S	N	S		
Total:			6	150					
Créditos totales de trabajo presencial: 2.4				Horas totales de trabajo presencial: 60					
Créditos totales de trabajo autónomo: 3.6				Horas totales de trabajo autónomo: 90					

Ev: Actividad formativa evaluable

Ob: Actividad formativa de superación obligatoria

Rec: Actividad formativa recuperable

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y VALORACIONES			
Sistema de evaluación	Valoraciones		Descripción
	Estudiante presencial	Estud. semipres.	
Valoración de la participación con aprovechamiento en clase	30.00%	0.00%	Periódicamente se solicitará al alumno la respuesta a alguna cuestión del temario tratado.
Prueba final	70.00%	0.00%	Se aplicarán los porcentajes ponderados para la nota final de la asignatura.
Total:	100.00%	0.00%	

Criterios de evaluación de la convocatoria ordinaria:

Describirá los 4 puntos clave de cada tema

Citará los 3 aspectos más importantes para la Enfermería de los asuntos vistos en cada tema

Describirá correctamente la fisiopatología de las alteraciones de salud y sus manifestaciones en lo relativo al EF y al D.

Referirá las principales ventajas, inconvenientes y precauciones de la práctica deportiva y el EF

Particularidades de la convocatoria extraordinaria:

El alumno que acceda a la convocatoria extraordinaria se examinará de toda la materia, demostrando superar los criterios similares a la convocatoria ordinaria

9. SECUENCIA DE TRABAJO, CALENDARIO, HITOS IMPORTANTES E INVERSIÓN TEMPORAL	
No asignables a temas	
Horas	Suma horas
Tema 1 (de 2): Ejercicio físico y deporte	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	24
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	28
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	17
Pruebas de progreso [PRESENCIAL][Trabajo autónomo]	3
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Estudio de casos]	3
Periodo temporal: 20/01/2020 a 14/04/2020	
Grupo 10:	
Inicio del tema: 20-01-2020	Fin del tema: 14-04-2020
Tema 2 (de 2): Salud, enfermedad en EF y deporte	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	24
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	28
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	17
Prueba final [PRESENCIAL][Trabajo autónomo]	3
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Estudio de casos]	3
Periodo temporal: 15/04/2020 a 13/05/2020	
Grupo 10:	
Inicio del tema: 15-04-2020	Fin del tema: 13-05-2020
Actividad global	

Actividades formativas	Suma horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	48
Estudio o preparación de pruebas [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	56
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Trabajo autónomo]	34
Pruebas de progreso [PRESENCIAL][Trabajo autónomo]	3
Prueba final [PRESENCIAL][Trabajo autónomo]	3
Talleres o seminarios [PRESENCIAL][Estudio de casos]	6
Total horas:	150

10. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS						
Autor/es	Título/Enlace Web	Editorial	Población	ISBN	Año	Descripción
Cabañas MD, Esparza F	Compendio de cineantropometría	CTOEditorial	Madrid		2009	
Lopez J, Campos V, Cancino J	FISIOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO AERÓBICO	Panamericana	Madrid		2013	
López J, Fernández V	Fisiología del Ejercicio	Panamericana	Madrid		2008	
Merí A	Fundamentos de Fisiología de la Actividad Física y el Deporte	Panamericana	Madrid		2005	
Rovira Gil. Elías	Enfermería en Urgencias	DAE Siglo 21 Paradigma	Madrid	84-95626-57-8 / 58-6	2006	Compendio completo de una visión enfermera de la Urgencia
Argandoña EG	Bases fisiológicas y patológicas de la actividad física y el deporte	Ediciones UPV	Vitoria	ISBN: 8483731797	2006	Libro básico de consulta, muy útil