



Asignatura: Prácticas Externas (Itinerario: Entrenamiento Deportivo)  
Código: 19057  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Prácticas Externas  
Nº de créditos: 12 ECTS  
Curso: 2018 - 2019

## 1. ASIGNATURA / COURSE TITLE

Prácticas Externas del Itinerario Entrenamiento Deportivo

### 1.1. Código / Course Lumber

19057

### 1.2. Materia / Content area

Prácticas Externas

### 1.3. Tipo / Course type

Prácticas Externas

### 1.4. Nivel / Course level

Grado

### 1.5. Curso / Year

Cuarto

### 1.6. Semestre / Semester

Segundo

### 1.7. Número de créditos / Credit allotment

12 ECTS

### 1.8. Requisitos previos / Prerequisites

Para poder realizar las prácticas externas será necesario haber superado los 120 primeros créditos de la titulación. De manera excepcional, y previa solicitud justificada, se podrá autorizar la matrícula en las prácticas externas a estudiantes que tengan pendiente de superar una asignatura del primer o del segundo curso de la titulación.

### 1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / Minimum attendance requirement

La asistencia a las prácticas externas es obligatoria en su totalidad. Las faltas de asistencia deberán ser justificadas ante el tutor o tutora correspondiente, y se acordarán las fechas en que dichas faltas pueden ser recuperadas.



Asignatura: Prácticas Externas (Itinerario: Entrenamiento Deportivo)  
Código: 19057  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Prácticas Externas  
Nº de créditos: 12 ECTS  
Curso: 2018 - 2019

## 1.10. Datos del equipo docente / Faculty data

El equipo docente que impartirá seminarios formativos y tutelaré a los estudiantes en prácticas estará constituido por profesorado del Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana. Antes del comienzo de la realización de las prácticas se informará a cada alumno y alumna del nombre de su tutor o tutora de prácticas.

## 1.11. Competencias / Competences

La realización de las prácticas externas implicará la aplicación y desarrollo de las siguientes competencias:

### Competencias básicas

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.

### Competencias generales

CG 1. - Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG 2 - Desarrollar habilidades y estrategias que incidan en la capacidad para trabajar en forma autónoma.

CG 3. - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG 4. - Mostrar disposición y habilidad para el trabajo en equipo.

CG 5 - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG 6 - Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CG 8 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

- CG 9 - Resolver con eficacia y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.
- CG 10 - Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.
- CG 11 - Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

#### Competencias específicas:

- CE 7. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles.
- CE 8. Aplicar de manera fundamentada y argumentada principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo.
- CE 9. Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los deportistas por la práctica de actividades físicas inadecuadas, en el contexto del entrenamiento deportivo.
- CE 10. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo.
- CE 11. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo.

### **Resultados de aprendizaje / Learning results**

La realización de las prácticas externas implicará el desarrollo de todos los resultados de aprendizaje de la titulación, generales y específicas, exigibles para obtener el título.

- Conocer los factores que configuran la estructura de los deportes para poder utilizarlos de forma coherente en el proceso de entrenamiento.
- Conocer la estrategia y la táctica de los deportes y capacidad para resolver las diferentes situaciones que se plantean en el entrenamiento y la competición deportiva.
- Seleccionar la programación y periodización más adecuada para los diferentes deportes, las distintas características de los sistemas de competición, la edad y el nivel del deportista.
- Seleccionar y aplicar los medios y métodos más adecuados para la evaluación del rendimiento físico, técnico y táctico.
- Interpretar los resultados derivados de los diferentes medios y métodos de evaluación para la optimización del proceso de entrenamiento.
- Aplicar los métodos y medios de entrenamiento más adecuados para las características del deporte y el deportista (edad, sexo...), así como sus posibles adaptaciones a situaciones especiales de entrenamiento y reentrenamiento.



Asignatura: Prácticas Externas (Itinerario: Entrenamiento Deportivo)  
Código: 19057  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Prácticas Externas  
Nº de créditos: 12 ECTS  
Curso: 2018 - 2019

- Utilizar estrategias de motivación para la optimización del entrenamiento y la competición.
- Conocer las técnicas de intervención y evaluación de los aspectos psicosociales del deporte.
- Diseñar propuestas de entrenamiento y evaluación en un contexto de entrenamiento deportivo.

## 1.12. Contenidos del programa / **Course contents**

Con carácter general, los contenidos de las prácticas externas son los que se establecen a continuación:

- El centro de prácticas (club, federación, institución deportiva...): características y contexto.
- Análisis del proyecto del centro de prácticas.
- Participación en el diseño de programas y acciones adecuadas.
- Realización de prácticas supervisadas.
- Evaluación de programas y acciones.
- Elaboración de informes y memorias.

En el caso de que el estudiante no haya optado por un itinerario en particular, los contenidos de las prácticas estarán en función del itinerario en que el estudiante curse un mayor número de asignaturas.

## 1.13. Referencias de consulta / **Course bibliography**

La bibliografía básica de obligada lectura, cuyo estudio ayudará a una mejor realización de las prácticas externas y a la consecución de los objetivos de la materia, se indicará al alumnado a principios del curso; en el caso de que el estudiante no haya optado por un itinerario en particular los contenidos de las prácticas estarán en función del tipo de centro y ámbito en el que el estudiante realice sus prácticas externas.

## 2. Métodos docentes / **Teaching methodology**

En este apartado se presentan los tipos de actividades en torno a las cuales se organizará el proceso de enseñanza y aprendizaje. La finalidad global de las actividades que a continuación se exponen es la de converger hacia la formación de los estudiantes promoviendo, desde la realización de las prácticas correspondientes al ámbito profesional, la adquisición de las capacidades, actitudes y conocimientos a los que se alude en los objetivos de esta materia. En términos generales, el tipo de actividades formativas que realizarán los estudiantes durante las prácticas externas serán las siguientes:

- Prácticas en el correspondiente al club, federación o institución deportiva
- Preparación de las actividades a realizar en club, federación o institución



Asignatura: Prácticas Externas (Itinerario: Entrenamiento Deportivo)  
Código: 19057  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Prácticas Externas  
Nº de créditos: 12 ECTS  
Curso: 2018 - 2019

deportiva

- Elaboración de la Memoria Final de Prácticas
- Asistencia a seminarios formativos
- Asistencia a tutorías

### 3. Tiempo de trabajo del estudiante / Student workload

Actividades		Nº de horas	Porcentaje
Presenciales	Realización de las prácticas en el centro correspondiente	200 h	79,3 %
	Seminarios	32	
	Tutorías programadas	6	
No presenciales	Preparación de actividades a realizar en el centro, estudio semanal y revisión bibliográfica	24	20,7 %
	Elaboración del trabajo de fin de curso	38	
<b>Carga total de horas de trabajo:</b>		<b>300h</b>	

(Estimación aproximada del número de horas en cada tipo de actividad)

### 4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / Evaluation procedures and weight of components in the final grade

La supervisión y evaluación de las prácticas externas la llevará a cabo el profesor tutor de la Universidad que haya sido asignado a cada estudiante por el Departamento, y se basará en los siguientes procesos y documentos:

- Observación de las competencias demostradas en la realización de las tareas asignadas por el centro de prácticas (club, federación o institución deportiva ...), llevada a cabo periódicamente por el tutor de la Universidad, especialmente en sus visitas a los centros.
- Informe del centro de prácticas. Será elaborado por el tutor del centro de prácticas, y recogerá aquellos aspectos más significativos del desempeño profesional del estudiante.
- Memoria Final de Prácticas. Será elaborada por el estudiante y hará referencia a las tareas y actividades realizadas durante las prácticas. Su estructura y contenido se determinará en función de las características del centro de prácticas y de las responsabilidades asignadas en el mismo.

El sistema de calificación que se aplicará en este módulo se regirá de acuerdo con lo establecido en el RD 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el



Asignatura: Prácticas Externas (Itinerario: Entrenamiento Deportivo)  
Código: 19057  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Prácticas Externas  
Nº de créditos: 12 ECTS  
Curso: 2018 - 2019

sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y validez en todo el territorio nacional.

## 5. Cronograma / Course calendar

Nº de semana	Contenido	Horas presenciales	Horas no presenciales
1	Pautas generales para la realización de las prácticas externas. Seminarios de preparación	3	3
2-15	Realización de las prácticas externas supervisadas por el tutor o tutora de la universidad y de la correspondiente institución. Elaboración de la memoria de prácticas	200	41
16-17	Redacción definitiva del informe final o memoria de prácticas	---	18
	Seminarios de las semanas 4 a 17, programados en función de las necesidades de cada grupo de estudiantes y de la mención correspondiente	29	
	Tutorías programadas en función del ritmo de aprendizaje y de desarrollo de las prácticas	6	
Total.....		238	62

(Estimación aproximada del contenido de las sesiones y del número de horas)