

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Sistemática del Movimiento Deportivo
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud
Curso	Primero
ECTS	6
Carácter	Obligatorio
Idioma/s	Castellano
Modalidad	Presencial
Semestre	Primer semestre
Curso académico	2025-2026
Docente coordinador	José Serrano Durá

2. PRESENTACIÓN

La asignatura *Sistemática del Movimiento Deportivo* tiene como propósito introducir al alumnado en el conocimiento técnico-científico de los fundamentos del movimiento humano, sus capacidades y manifestaciones. Esta materia proporciona una base esencial para comprender, analizar y aplicar métodos de ejercicio físico adecuados a diferentes poblaciones y contextos. El alumnado explorará conceptos fundamentales del movimiento, capacidades condicionales y coordinativas, principios de ergonomía y técnicas actuales de ejercicio físico orientado a la salud. Esta formación teórico-práctica se apoya en metodologías activas como el aprendizaje basado en proyectos, el análisis de casos o el trabajo cooperativo, favoreciendo el desarrollo del pensamiento crítico, la creatividad y la capacidad de liderazgo en contextos deportivos complejos.

Esta asignatura permitirá que el alumnado sea capaz de definir, aplicar y evaluar los distintos componentes del movimiento y el ejercicio físico, así como diseñar coreografías y estrategias adaptadas a las necesidades de las personas. Además, se fomenta la búsqueda de información científica y la elaboración de trabajos de síntesis como herramienta clave para la toma de decisiones fundamentadas. En definitiva, esta asignatura constituye un pilar en la formación inicial del futuro profesional de la actividad física y el deporte, capacitando al estudiantado para intervenir con rigor, eficacia y compromiso ético en escenarios diversos relacionados con la salud, el rendimiento o la educación.

En cumplimiento de lo establecido en la Ley Orgánica 10/2022, de 6 de septiembre, de garantía integral de la libertad sexual, se incorpora en esta asignatura formación específica dirigida a la prevención de las violencias sexuales y la promoción de la libertad sexual como derecho fundamental. Esta formación se integra de forma transversal a través de la competencia **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.**

De esta manera, se aborda la necesidad de educar en el respeto a los derechos humanos, la igualdad de género y la diversidad en todas sus expresiones.

Esta formación no solo responde al marco normativo vigente, sino también contribuye activamente a la construcción de entornos académicos y profesionales más seguros, inclusivos y respetuosos con los derechos de todas las personas, en consonancia con los Objetivos de desarrollo Sostenible, en particular el ODS 5 (igualdad de Género) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas).

3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias básicas:

- 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.

Competencias transversales:

- CT1 - Creatividad. Crear ideas nuevas y conceptos a partir de ideas y conceptos conocidos, llegando a conclusiones o resolviendo problemas, retos y situaciones de una forma original.
- CT4 - Liderazgo influyente. Influir en otros para guiarles y dirigirles hacia unos objetivos y metas concretos, tomando en consideración sus puntos de vista, especialmente en situaciones derivadas de entornos volátiles, inciertos, complejos y ambiguos del mundo actual.
- CT6 - Análisis crítico. Integrar el análisis con el pensamiento crítico en un proceso de evaluación de distintas ideas o posibilidades y su potencial de error, basándose en evidencias y datos objetivos que lleven a una toma de decisiones eficaz y válida.

Competencias específicas:

- CE6 - Identificar, comunicar y aplicar criterios científicos anatómico-fisiológicos y biomecánicos a un nivel avanzado de destrezas en el diseño, desarrollo y evaluación técnico-científica de procedimientos, estrategias, acciones, actividades y orientaciones adecuadas; para prevenir, minimizar y/o evitar un riesgo para la salud en la práctica de actividad física y deporte en todo tipo de población.
- CE7 - Diseñar y aplicar con fluidez, naturalidad, de forma consciente y continuada ejercicio físico y condición física adecuada, eficiente, sistemática, variada, basada en evidencias científicas, para el desarrollo de los procesos de adaptación y mejora o readaptación de determinadas capacidades de cada persona en relación con el movimiento humano y su optimización; con el fin de poder resolver problemas poco estructurados, de creciente complejidad e imprevisibles y con énfasis en las poblaciones de carácter especial.
- CE18 - Desarrollar e implementar la evaluación técnico-científica de los elementos, métodos, procedimientos, actividades, recursos y técnicas que componen las manifestaciones del movimiento y los procesos de la condición física y del ejercicio físico; teniendo en cuenta el desarrollo, características, necesidades y contexto de los individuos, los diferentes tipos de población y los espacios donde se realiza la actividad física y deporte; en los diversos sectores de intervención profesional y con énfasis en las poblaciones de carácter especial.

Resultados de aprendizaje:

- RA1. Definir los conceptos fundamentales relacionados con el movimiento, con las capacidades condicionales y coordinativas y con los métodos actuales de ejercicio.

- RA2. Describir las habilidades gimnásticas básicas.
- RA3. Determinar, a partir de prácticas específicas, del manejo de los contenidos propios de la materia.
- RA4. Realizar ensayos para la elaboración de coreografías de diferentes contenidos de Sistemática del Movimiento.
- RA5. Realizar trabajos de profundización y síntesis a partir de búsqueda en las fuentes bibliográficas fundamentales relacionadas con las técnicas de ejercicio físico.
- RA6. Enunciar los principios básicos de la ergonomía.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB3, CT6, CE18, CE6, CE7	RA1. Definir los conceptos fundamentales relacionados con el movimiento, con las capacidades condicionales y coordinativas y con los métodos actuales de ejercicio.
CE6, CE7	RA2. Describir las habilidades gimnásticas básicas.
CB2, CT1, CT4, CE18, CE6, CE7	RA3. Determinar, a partir de prácticas específicas, del manejo de los contenidos propios de la materia.
CB2, CT1, CT4, CE18	RA4. Realizar ensayos para la elaboración de coreografías de diferentes contenidos de Sistemática del Movimiento.
CB3, CT1, CT6	RA5. Realizar trabajos de profundización y síntesis a partir de búsqueda en las fuentes bibliográficas fundamentales relacionadas con las técnicas de ejercicio físico.
CB3, CT6, CE6	RA6. Enunciar los principios básicos de la ergonomía.

4. CONTENIDOS

- Estudio del movimiento.
- Análisis del movimiento sobre las distintas partes del aparato locomotor.
- Iniciación a las habilidades gimnásticas.
- Ejercicio físico orientado a la salud.
- Iniciación a las técnicas y métodos actuales de ejercicio físico.
- Estudio de la ergonomía.

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral/*web conference*.
- Método del caso.
- Aprendizaje cooperativo.
- Aprendizaje basado en proyectos.
- Aprendizaje basado en enseñanzas de taller/laboratorio.

6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Clases magistrales	10 h
Clases de aplicación práctica	20 h
Análisis de casos	20 h
Elaboración de informes y escritos	8 h
Actividades en talleres y/o laboratorios	8 h
Diseño de estrategias y planes de intervención	6 h
Trabajo autónomo	50 h
Debates y coloquios	8 h
Tutoría	18 h
Pruebas de evaluación presenciales	2 h
TOTAL	150 h

7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

Modalidad presencial:

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas de evaluación presenciales	60 %
Exposiciones orales	10 %
Informes y escritos	5 %
Caso/problema	10 %
Cuaderno de prácticas de laboratorio	15 %

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

7.1. Convocatoria ordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria ordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en cada uno de los sistemas de evaluación de la materia.

Si se detectan casos de plagio en alguna de las actividades entregadas se evaluará con una calificación de 0 y se suspenderá esta actividad en convocatoria ordinaria. **Tampoco se permite la entrega tardía de actividades (se evaluará con un “0”), salvo casos debidamente justificados.** Estas actividades deberán ser recuperadas en convocatoria extraordinaria, aplicándose la misma normativa en dicha convocatoria.

Por último, para aprobar la asignatura en convocatoria ordinaria **se deberá tener un mínimo de 50 % de asistencia a clase. Los justificantes de ausencia no suponen la eliminación de dichas ausencias en ningún caso.**

La Universidad Europea de Valencia fija la evaluación continua como sistema de valoración de los conocimientos, las habilidades y las competencias básicas, generales, transversales y específicas de la titulación de “Grado en Actividad Física y el Deporte”, de acuerdo con lo previsto Reglamento de evaluación de las titulaciones de Grado. A este respecto y a efectos del consumo de convocatorias el estudiante debe ser conocedor de que, si presenta cualquier sistema de evaluación previsto en la Guía de Aprendizaje, en la convocatoria ordinaria el alumno tendrá una calificación global de la asignatura, consumiendo por tanto convocatoria.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria deberás obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en cada uno de los sistemas de evaluación de la asignatura.

Se deben entregar las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

La Universidad Europea de Valencia fija la evaluación continua como sistema de valoración de los conocimientos, las habilidades y las competencias básicas, generales, transversales y específicas de la titulación de “Grado en Actividad Física y el Deporte”, de acuerdo con lo previsto Reglamento de evaluación de las titulaciones de Grado. A este respecto y a efectos del consumo de convocatorias el estudiante debe ser conocedor de que en la convocatoria extraordinaria será la Prueba Objetiva de Conocimiento (POC) la que determine si consume convocatoria o no y en el supuesto excepcional de que únicamente tenga pendiente de superar sistema/s de evaluación que no sean la POC, será considerado NP si no lo/s presenta y obtendrá calificación numérica si presenta al menos uno de ellos.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Informes y escritos	20 al 31 de octubre del 2025
Caso/problema	3 al 28 noviembre del 2025
Exposiciones orales	1 al 19 diciembre del 2025
Cuaderno de prácticas de laboratorio	15 al 19 diciembre del 2025

Prueba de evaluación presencial	Convocatoria ordinaria 07 al 23 enero del 2026 Convocatoria extraordinaria 01 al 10 julio del 2026
---------------------------------	---

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

9. BIBLIOGRAFÍA

Las obras de referencia para el seguimiento de la asignatura son:

- American College of Sports Medicine. (2014). *Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio*. Paidotribo.
- American College of Sports Medicine. (2019). *Manual ACSM para el entrenador personal*. Paidotribo.
- Gibson, A. L., Wagner, D. R., & Heyward, V. H. (2024). *Advanced fitness assessment and exercise prescription*. Human Kinetics.
- Hough, P. & Schoenfeld, B. (2022). *Advanced Personal Training. Science to practice*. Routledge.
- Isidro, F., Heredia, J. R., Pinsach, P., & Costa, M. R. (2007). *Manual del entrenador personal. Del fitness al wellness*. Editorial Paidotribo.
- Jiménez, A. (Coord.). (2021). *Nuevas dimensiones en el entrenamiento de la fuerza: aplicación de nuevos métodos, recursos y tecnologías*. Editorial Inde.
- Miller, T. (2016). *Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA*. Paidotribo.

A continuación, se indica bibliografía recomendada:

- Boyle, M. (2016). *New Functional Training for Sports*. Human Kinetics.
- French, D., & Ronda, L. T. (Eds.). (2021). *NSCA's Essentials of Sport Science*. Human Kinetics.
- González-Badillo, J. J., & Ribas Serna, J. (2019). *Fuerza, velocidad y rendimiento físico y deportivo*. ESM.
- Hargrove, T. R. (2014). *A guide to Better Movement: The Science and Practice of Moving with More Skill and Less Pain*. Better Movement.
- Heredia, J. R., & Peña, G. (2021). *El entrenamiento de la fuerza para la mejora de la condición física y la salud*. Círculo Rojo.
- Jacobs, P. L. (2018). *NSCA's Essentials of Training Special Populations* Human Kinetics.
- Jones, M. T. (Ed.). (2024). *NSCA's Guide to Program Design*. Human Kinetics.
- Liebensohn, C. (2014). *Functional Training Handbook*. Lippincott Williams & Wilkins.
- McGill, S. (2015). *Low Back Disorders: Evidence-based Prevention and Rehabilitation*. Human Kinetics.
- Rikli, R. E., & Jones, C. J. (2013). *Senior Fitness Test Manual*. Human Kinetics.
- Pavašini, R., Guralnik, J., Brown, J. C., Di Bari, M., Cesari, M., Landi, F., ... & Campo, G. (2016). Short physical performance battery and all-cause mortality: systematic review and meta-analysis. *BMC Medicine*, 14, 1-9.
- Schoenfeld, B. J., & Snarr, R. L. (Eds.). (2021). *NSCA's Essentials of Personal Training*. Human Kinetics.

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA, DIVERSIDAD E INCLUSIÓN

Desde la Unidad de Orientación Educativa, Diversidad e Inclusión (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades

específicas de apoyo educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a

orientacioneducativa.uev@universidadeuropea.es

11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN

¡Tu opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.