Universidad Europea

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Deportes de invierno I
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Ciencias de la actividad física y del deporte y fisioterapia
Curso	Segundo
ECTS	3 ECTS
Carácter	Optativa
Idioma/s	Español e inglés
Modalidad	Presencial
Semestre	S4
Curso académico	2025/2026
Docente coordinador	Jaime Gil Cabrera

2. PRESENTACIÓN

Deportes de Invierno 1, es una asignatura optativa correspondiente a 3 créditos ECTS (European Credit Transfer System) que se imparte en el grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, desarrollada durante el segundo semestre del curso académico. El tratamiento de la asignatura se basa en conocer, estudiar y practicar los fundamentos técnicos del deslizamiento en la nieve (con esquís o tabla de snowboard), además de desarrollar las bases metodológicas de la enseñanza del esquí, así como conocer los principales hitos de su historia, y el medio de alta montaña en el que se desarrolla.
La asignatura está diseñada en base a una temporalización de las actividades que permite ir adquiriendo conocimientos progresivamente más complejos, además de la mejora de las habilidades técnicas básicas así como de control de desplazamientos y enseñanza en el entorno de una estación de deportes de invierno. En el plan de estudios de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte están definidas las competencias necesarias para desarrollar los distintos niveles de aprendizaje en la materia. La asignatura se imparte en español, si bien se consultan numerosas fuentes documentales (libros, y artículos de impacto), y otros recursos audiovisuales (Vídeos on-line) en los principales idiomas oficiales de la Federación internacional de Esquí (FIS), lo que permite al alumnado contar con una visión integral del panorama internacional de los deportes de invierno.

Requisitos previos para poder realizar deportes de invierno I:
Tener un nivel de salud y de forma deportiva que me permita realizar los esfuerzos propios del esquí: esfuerzos de alta intensidad, con gran implicación muscular y articular. Debiendo estar en estado de alta médica para la práctica deportiva para la realización de la concentración de prácticas.

Poseer un nivel técnico correspondiente a viraje paralelo perfeccionado que permita la circulación segura hasta por pistas de dificultad media (pistas azules y rojas).

Disponer del material técnico (esquís, botas y bastones) correspondiente a la norma alpina de fabricación y que esté en perfecto estado de mantenimiento (recomendable con menos de 5 años de antigüedad).

3. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos

CON3. Describe actividades de prevención, adaptación y mejora del rendimiento físico-deportivo y de la salud mediante la condición física y el ejercicio físico.

- Identifica los gestos y habilidades básicas del deslizamiento y los aspectos específicos de la curva base.

Habilidades

HAB2. Diseña tareas, progresiones y estrategias de ejercicio físico orientado a la salud y al rendimiento deportivo en función de las variables individuales y las condiciones del entorno.

- Dirige los procesos de enseñanza-aprendizaje del esquí alpino a través de metodologías innovadoras y eficientes, así como la reparación de material
- Reconoce los procesos básicos del medio ambiente de montaña, aplicando estrategias de seguridad.

Competencias

CP1. Describir, elaborar y aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, desarrollando todo el curso de la acción en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte (enseñanza formal e informal físico-deportiva; entrenamiento físico y deportivo; ejercicio físico para la salud; dirección de actividad física y deporte).

CP5. Orientar, diseñar, aplicar y evaluar técnico-científicamente ejercicio físico y condición física en un nivel avanzado, basado en la evidencia científica, en diferentes ámbitos, contextos y tipos de actividades para toda la población y con énfasis en las poblaciones de carácter especial como son: personas mayores (tercera edad), escolares, personas con discapacidad y personas con patologías, problemas de salud o asimilados (diagnosticadas y/o prescritas por un médico), atendiendo al género y a la diversidad.

CP37. Comunicación estratégica: Transmitir mensajes (ideas, conceptos, sentimientos, argumentos), tanto de forma oral como escrita, alineando de manera estratégica los intereses de los distintos agentes implicados en la comunicación en el entorno académico y profesional.

CP41. Análisis crítico. Integrar el análisis con el pensamiento crítico en un proceso de evaluación de distintas ideas o posibilidades profesionales y su potencial de error, basándose en evidencias y datos objetivos que lleven a una toma de decisiones eficaz y válida.

4. CONTENIDOS

Tema 1. Introducción a los diversos ámbitos de los deportes de invierno.

Tema 2. La seguridad y los materiales en los deportes de invierno.

Tema 3. Bases teóricas y fundamentos técnicos y metodológicos del esquí

Tema 4. Introducción a la iniciación deportiva del esquí. Metodología de la enseñanza en esquí

Tema 5. Desarrollo profesional del técnico deportivo en deportes de invierno

Tema 6. Medio ambiente de montaña, seguridad en terreno nevado.

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

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

- Clase magistral
- Aprendizaje basado en proyectos
- Aprendizaje cooperativo

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	6 h
Clases de aplicación práctica	9 h
Trabajo autónomo	28 h
Debates y coloquios	4 h
Tutoría	6 h
Pruebas de evaluación presencial	2 h
Exposición de trabajos	3 h
Diseño de estrategias y planes de intervención	8 h
Elaboración de informes escritos	6 h
TOTAL	**75 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	40-50 %
Trabajos de diseño de estrategias y planes de intervención	35-65%
Exposiciones orales	5-10%

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 es necesario obtener una nota definitiva igual o superior a 5,0 que resultará de la suma de las calificaciones obtenidas en las diferentes actividades evaluables (prácticas, entrega de informes, y prueba objetiva de conocimiento) siempre y cuando la calificación sea mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en cada una de las actividades evaluables de la asignatura.

7.2. Convocatoria extraordinaria

Para superar la asignatura en convocatoria extraordinaria es necesario obtener una calificación mayor o igual que 5,0 sobre 10,0 en la calificación final de la asignatura. Se deben repetir las actividades no superadas en convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del profesor, o bien aquellas que no fueron realizadas en la convocatoria extraordinaria. Para la realización de las actividades prácticas no superadas está contemplada por la UE la realización de pruebas en nieve en una sesión presencial en la instalación de Xanadú: Snow Zone

8. CRONOGRAMA

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

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1. Presentación PPT Hito historia del esquí	1-6
Actividad 2. Prueba movimientos técnicos del esquí	2-3
Actividad 3. Prueba gráfica de fuerzas que actúan en la curva base	2-3
Actividad 4 y 5 plan de sesión de enseñanza	4-5
Actividades 6, 7, 8, 9, 10 y 11 pruebas prácticas en nieve	7-14
Actividad 12 taller práctico de material	7-14
Actividad 13 prueba de observación de vídeos en aula	15-20

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

9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

- EFS (2017). Méthode francaise de l'enseignement de ski alpine. Memento 2017.
- Guerrero, C.: Rodriguez, E. (2013). Aprender a esquiar. Estadium.
- Puente. R. (2008). Esquí: técnica y pedagogía. Desnivel.
- Asociación Argentina de instructores de Esquí (1994): Técnica Argentina de Esquí y Método de Enseñanza. ADIDE. Bariloche, Argentina.
- Deutscher Verband für das skilehrwesen e.V. (Hrsg.) (1998): Ski-lehrplan carven. Edt. BLV.München. Alemania.
- Joubert, G. (1985): "Guide pratique pour Mieux Skier". Ed. ARTHAUD. Paris.
- Kuchler, W. (1997): Carving, neuer spass am skifahren. Edt. Rowohlt. Alemania
- Leigh, H. & Leigh, J. (1979): Deportes de Invierno. Ed. Plaza & Janes, S.A. Barcelona.
- López Sarrión, M. (2010): Teoría y práctica del esquí de montaña. El dominio detodas las nieves y pendientes. Edt. Desnivel. Madrid.
- Munter, W. (2007). 3 x 3 Avalanchas. La gestión del riesgo en los deportes de invierno. Desnivel. Madrid.
- Odén, J. (2007). Freeride. Denivel. Madrid.
- Roldán, E. (1993): El esquí I. Comité Olímpico Español. Madrid.

10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y DIVERSIDAD

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (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@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.

•

12.