

1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	Deportes de invierno III
Titulación	Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Escuela/ Facultad	Ciencias de la actividad física y del deporte y fisioterapia
Curso	4º
ECTS	6 ECTS
Carácter	Optativa
Idioma/s	Español e inglés
Modalidad	Presencial
Semestre	S7/S8
Curso académico	2027/28
Docente coordinador	Jaime Gil Cabrera

2. PRESENTACIÓN

El presente temario de la asignatura optativa (con 6 ECTS) se imparte dentro del plan de estudios del grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y representa el seguimiento del proceso de formación del alumno/a como especialista en esquí, en el ámbito de la formación curricular.

Como objetivo general de la asignatura pretendemos facilitar al alumnado para que adquiera conocimientos, procedimientos y actitudes necesarios para poder desarrollar la labor de entrenamiento en el marco de una estación de deportes de invierno, así como la iniciación deportiva de un equipo de esquí (y de deportes de invierno en general), de manera que le permita desarrollar las potencialidades de los esquiadores para alcanzar un alto nivel de perfeccionamiento deportivo en cada fase de edad.

La metodología propuesta para el desarrollo de la misma se basa en el aprendizaje cooperativo a través de situaciones experienciales. De esta forma, la asignatura se desenvuelve sobre la base de la participación por parte del alumno, convirtiéndose el profesor en un orientador/facilitador del proceso de aprendizaje.

La culminación con éxito de la asignatura permitirá al futuro egresado dirigir actividades de enseñanza, entrenamiento y competición con seguridad en una estación de deportes de invierno, tanto en los Snow Parks, como en los estadios de competición.

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.

- Interpreta las básicas y los componentes básicos de las disciplinas de velocidad del esquí alpino
- Describe los programas de preparación física individualizada para el desarrollo de un esquiador de alto nivel
- Reconoce las tareas necesarias para la reparación específica de esquís de disciplinas técnicas. GS y SL

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.

- Domina la técnica del esquí de gigante y de slalom y elaborar trazados para su entrenamiento.
- Desarrolla estrategias y tareas tácticas para el rendimiento deportivo en las disciplinas del esquí alpino.
- Emplea tecnologías para la evaluación del esquiador de alto nivel.

Competencias

COMP2. Diseñar y aplicar el proceso metodológico integrado por la observación, reflexión, análisis, diagnóstico, ejecución, evaluación técnico-científica y/o difusión en diferentes contextos y en todos los sectores de intervención profesional de la actividad física y del deporte.

COMP7. 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.

COMP8. Articular y desplegar un nivel avanzado de destreza en el análisis, diseño y evaluación de las pruebas de valoración y control de la condición física y del rendimiento físico-deportivo.

COMP37. 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.

COMP40. Trabajo en equipo: Cooperar con otros en la consecución de un objetivo académico o profesional compartido, participando de manera activa, empática y ejerciendo la escucha activa y el respeto a todos los integrantes.

COMP41. 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. Gigante y metodología del trazado. Slalom y metodología del trazado.
- TEMA 2. La Velocidad: Súper gigante y Descenso
- TEMA 3: Entrenamiento de la táctica.
- TEMA 4. Planificación y programación de los componentes del entrenamiento en esquí alpino: físico, técnico, táctico y psicológico.
- TEMA 5. Control del entrenamiento y la valoración funcional en esquí alpino
- TEMA 6. Reparación de material específico SL, GS.

5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

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

- Clase Magistral
- Aprendizaje cooperativo
- Metodo de caso
- Aprendizaje basado en enseñanzas de taller/laboratorio
- Entornos de simulación

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	12
Clases de aplicación práctica	18
Trabajo Autónomo	56
Debates y coloquios	8
Tutorías	12
Pruebas de conocimiento	2
Elaboración de informes escritos	6
Análisis de casos	6

Actividades en talleres y/o laboratorios	20
Exposiciones orales de trabajos	10
TOTAL	150

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 presencial	40-50%
Cuaderno de practicas de taller-laboratorio	15-25%
Exposiciones orales	5-10%
Caso/problema	5-20%
Informes y escritos	10-20%

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: Realización entrenamiento pista de competición	Semana 6
Actividad 2: Examen de técnica de competición	Semana 6
Actividad 3: Planificación de un equipo de esquí	Semana 18
Actividad 4: Revisión de informes y bibliografía	Semana 18
Actividad 5: Puesta. Apunto del material de competición	Semana 6

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 française de l'enseignement de ski alpine. Memento 2017. Grenoble. France. <http://mementoski.com/>
- Guerrero, C.; Rodríguez, E. (2013). Aprender a esquiar. Stadium.
- López Sarrión, M. (2010): Teoría y práctica del esquí de montaña. El dominio de todas 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.
- PSIA, (2005), Freestyle instructor guide: Park and Pipe. American Snow Sport Education. Lakewood. Colorado.
- PSIA, (2008). Children's Instructor Manual. American Snow Sport Education Lakewood. Colorado.
- Roldán, E. (1993): El esquí I. Comité Olímpico Español. Madrid.
- Ross, T; Kipp, R. (2001): Managed Athlete Program For Developing Alpine Athlete Competencies. USSA, Park City.
- DVDs:
 - USSA (2006). Alpine ski fundamental I.USSA, Park City
 - USSA (2006). Alpine ski fundamental II.USSA, Park City
 - USSA (2007). Alpine training environment USSA, Park City
 - USSA (2009). Introduction to alpine tactics USSA, Park City

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.