

Curso Académico: 2024/25

## 60855 - Valoración de la condición física y el gasto energético

### Información del Plan Docente

Año académico: 2024/25

Asignatura: 60855 - Valoración de la condición física y el gasto energético

Centro académico: 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

Titulación: 549 - Máster Universitario en Evaluación y Entrenamiento Físico para la Salud

Créditos: 6.0

Curso: 1

Periodo de impartición: Primer semestre

Clase de asignatura: Obligatoria

Materia:

### 1. Información básica de la asignatura

El objetivo fundamental de esta asignatura es que el alumnado sepa elegir, ejecutar, interpretar e informar las pruebas o test de condición física más apropiados para los grupos de población elegidos valorando los riesgos y las necesidades de ese grupo poblacional.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro.

- Objetivo 3: Salud y bienestar
- Objetivo 4: Educación de calidad
- Objetivo 5: Igualdad de género

### 2. Resultados de aprendizaje

El estudiantado, para superar esta asignatura, deberá demostrar los siguientes resultados:

- Valora adecuadamente el estado de salud del sujeto utilizando las herramientas para tal efecto previstas.
- Identifica y analiza de forma acertada el estilo de vida y hábitos personales del sujeto.
- Selecciona convenientemente las diferentes posibilidades de evaluación del fitness en función de las características del individuo.
- Aplica de forma pertinente las pruebas y protocolos de valoración de la condición física más adecuadas para cada caso.

### 3. Programa de la asignatura

#### 1. Valoración del estado de salud

- Cuestionario del historial médico
- Análisis de los factores de riesgo coronarios
- Reconocimiento físico
- Pruebas de laboratorio
- El informe de un médico
- Formulario de consentimiento con conocimiento de causa
- Valoración del estilo de vida y hábitos personales

#### 2. Valoración de la resistencia cardiorrespiratoria

- Evaluación en reposo
- Pruebas y protocolos de esfuerzo máximos y submáximos
- Pruebas de campo

#### 3. Valoración de la fuerza y resistencia muscular

- Instrumentos para la medición de la fuerza y de la resistencia musculares
- Pruebas de fuerza y resistencia
- Problemas asociados con las pruebas de fitness muscular

#### 4. Valoración de la flexibilidad

### 4. Actividades académicas

1. Clase magistral. Presencial. 17,5 horas. En ellas se presentan a los alumnos y a las alumnas los conocimientos teóricos básicos de la asignatura.

2. **Resolución de problemas y casos.** Presencial. 17,5 horas. Se trabajarán distintos temas relacionados con el programa de la asignatura de manera crítica y se buscará la participación activa del estudiantado.
3. **Prácticas.** Presencial. 25 horas. En distintas instalaciones de la Facultad, laboratorio biomédico, pabellón...
4. **Trabajos.** No presencial. 20 horas. Se buscará reforzar el aprendizaje autónomo, mediante la realización de trabajos monográficos (grupales o individuales).

## 5. Sistema de evaluación

Existen dos opciones de evaluación, para ambas convocatorias:

1. **Evaluación continua;** la calificación final será ponderada con los siguientes apartados:
  - a. **Aplicación de conocimientos:** ponderará un **30%** de la calificación final, y consistirá en diferentes **tareas** propuestas por el profesorado.
  - b. **Asistencia y participación** del alumnado **durante prácticas y seminarios:** ponderará un **20%** de la calificación final, y consistirá en **trabajos en grupos reducidos** sobre supuestos prácticos.
  - c. **Prueba escrita:** ponderará un **50%** de la calificación final, e incluirá preguntas de tipo test y de respuesta corta o de desarrollo. Para superar la asignatura la nota de la prueba escrita será igual o superior a 5 puntos.
2. **Evaluación global**
  - a. **Prueba escrita:** la calificación de esta prueba será la **calificación final**, e incluirá preguntas de tipo test y de respuesta corta o de desarrollo.

Para la **convocatoria extraordinaria** se guardarán las calificaciones de tareas y trabajos, si se hubieran presentado, y se realizará una **prueba escrita** del mismo formato que la convocatoria ordinaria. Las ponderaciones también serán las mismas.

El fraude o plagio total o parcial en cualquiera de las pruebas de evaluación dará lugar al suspenso de la asignatura con la mínima nota, además de las sanciones disciplinarias que la comisión de garantía adopte para estos casos.

## 6. Objetivos de Desarrollo Sostenible

- 3 - Salud y Bienestar
- 4 - Educación de Calidad
- 5 - Igualdad de Género