

IRAKASKUNTZA-GIDA2024/25

Ikastegia

135 - Hezkuntza eta Kirol Fakultatea. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzi

Zikl.

Zehaztugabea

Plana

GDEPOR10 - Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua

Ikastaroa

4. maila

IRAKASGAIA

25802 - Pertsonen Ezinduen Osasunerako Jarduera Fisikoa

ECTS kredituak:

4,5

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

Elbarritasun bat daukaten pertsonentzat burutzen den jarduera fisikoak garrantzi haundia izan du azkeneko hamarkadan. Irakasgai hau, pertsona elbarriek egiten duten jarduera fisiko mota ezagutarazteko helburua dauka. Beste aldetik, osasunaren ikuspuntutik, elbarritasun bat daukaten pertsonekin zein motako jarduera fisiko interbentzio programak burutu daitezkeen ezagutzea izango da helburua.

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

IRAKASGAIKO BERARIAZKO KONPETENTZIAK

Titulazioko zeharkako gaitasunak (landu, ebaluatu eta kalifikatuko dira):

G017 Literatura zientifikoa irakurtzea

G019 Lidergorako, pertsonen arteko harremanetarako eta taldean lan egiteko trebetasunak garatzea.

G022 Lana behar bezala egiteko nahitaezkoak diren printzipio etikoak ezagutzea, eta horien arabera jardutea.

Arloko gaitasun espezifikoak (landu, ebaluatu eta kalifikatuko dira):

001 Osasun eta ongizaterako jarduera fisikoa eta kirola egiteko ohitura iraunkor eta autonomoen sorrera sustatzea eta ebaluatzea elbarritasun bat daukaten pertsonengan.

002 Behar bereziak dituen populazio ezberdinetan jarduera fisiko desegokia egiteak osasunean izan ditzakeen arriskuak identifikatzea.

003 Osasun eta ongizatearen esparruan jarduera mota bakoitzerako egokia den kirol ekipamendu eta materiala aukeratu eta erabiltzen jakitea.

Ikasketa emaitzak:

001 Behar bereziak dituzten pertsonengan jarduera fisikoan oinarritutako programa espezifiko ezberdinak aplikatzen jakitea.

002 Elbarritasuna daukaten pertsonentzak ze motako ekintza fisiko onuragarriak aplikatu daitezkeen ezagutzea.

003 Jarduera fisiko ezberdinak aurrera eramateko, material egokia aukeratu eta erabiltzea elbarritasun bakoitzaren arabera.

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

1. GAI MULTZOA: SARRERA (eduki teorikoa)

- 1.1. GAIA: Jarduera fisiko eta osasuneko profesionalarentzako zientzia laguntza tresna.
- 1.2. GAIA: Informazio zientifikoaren bilaketa espezializatua urritasunak dituzten pertsonen jarduera fisiko eta osasunerako.
- 1.3. GAIA: Jarduera fisikoa, Osasuna eta urritasuna. Kontzeptua, terminología eta helburuak.

2. GAI MULTZOA: URRITASUNAK DITUZTEN PERTSONENTZAKO JARDUERA FISIKO ETA OSASUNAREN ANTOLAKUNTZA (eduki teoriko praktikoa)

- 2.1. GAIA: Jarduera fisiko eta kirol zientzietan graduatutako pertsonaren papera urritasunak dituzten pertsonen osasunerako.
- 2.2. GAIA: Urritasuna duten pertsonen jarduera fisiko eta osasunaren antolakuntza sisteman: eskaintza, entitate antolatzaileak eta inplikaturako pertsonak.

3. GAIA: URRITASUNA DUTEN PERTSONENGAN JARDUERA FISIKO ETA OSASUNAREN EFEKTUAK (eduki teoriko praktikoa)

- 3.1. GAIA: Urritasuna duten pertsonen egiten duten jarduera fisikoaren mailaren analisia.
- 3.2. GAIA: Urritasuna duten pertsonengan jarduera fisiko egiteak dituen onura orokorrak.
- 3.3. GAIA: Urritasunaren arabera jarduera fisiko ezberdinen efektuak: urritasun psikiko edo intelektuala, urritasun fisikoa eta urritasun sentsoziala.

4. GAI MULTZOA: URRITASUNA DUTEN PERTSONEN OSASUNA HOBETZEKO INTERBENTZIO PROGRAMEN PROPOSAMENA (eduki teoriko praktikoa)

- 4.1. GAIA: Interbentzio proposamen teorikoak
- 4.2. GAIA: Interbentzio praktiken proposamenak

METODOLOGIA

A) Eduki teorikoak: Klases magistralak ikus-entzunezko materialean oinarrituz (aurkezpenak Powerpoint-arekin).

Ondorengo ere erabiliko da:

- Eztabaidaturiko aurkezpenak taldearekin. Ikasleen partehartzea bultzatuko da galderekin.
- Derrigorrezko lanen aurkezpenak (irakaslearen ikuskapenarekin)
- Klasean ikusitako textuen iruzkinak
- Eztabaidak eta debateak
- Klasean ikusitako textuetatik edo bideoetatik ateratako kasu zehatzen azterlana
- Bideoen aurkezpenak

B) Eduki praktikoak: Irakasleak zuzenduko ditu saio praktikoak. Kontextu ezberdinetan garatu daitezke (gelan edota kiroldegian). Ikasleek, zehaztuko diren egunetan, praktika lanak aurkeztu beharko dituzte (klasean emandako jarraibideak jarraituz).

eGela erabiliko da irakaskuntzarako euskarri bezala, batez ere ikasleari informazioaren bilaketa errazteko, baina baita ikasleen arteko elkarlana bultzatzeko (beti irakaslearen ikuskapenarekin).

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	35		10						
Horas de Actividad No Presencial del Alumno/a	52,5		15						

Legenda:

M: Magistrala

GL: Laborategiko p.

TA: Tailerra

S: Mintegia

GO: Ordenagailuko p.

TI: Tailer Ind.

GA: Gelako p.

GCL: P. klinikoak

GCA: Landa p.

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Garatu beharreko proba idatzia % 40
- Talde lanak (arazoen ebazpenak, proiektuen diseinuak) % 30
- Lanen, irakurketen... aurkezpena % 30

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ikasleak 2 era hauen arteko bat aukeratu beharko du:

a) Ebaluaketa jarraia: ikasleak saio teoriko-praktikoetan parte hartu beharko du, eta azterketa idatzia (%40) zein eskatutako lan guztiak (%60) entregatu beharko ditu. Ikasleak praktikak edo lanak E-Gela plataformaren bidez entregatu beharko ditu. Plataforman zehazki aurkeztuko dira tarea ezberdinen entregatze datak. Irakasgaia gainditzeko atal bakoitzean (lanak eta azterketan) gutxienez 10 puntutik 4ko nota lortu beharko du.



Ikasle batek entregatu beharreko lanen bat gainditzen ez baldin badu ez ohiko deialdia egin beharko du gainditu ez duen gaiarekin bakarrik. Nota partzialak kurtso akademiko berean bakarrik gordeko dira.

EBALUAZIO JARRAIARI UKO EGITEA: Ikasleak ebaluazio jarraiari uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgaiaren ardura duen irakasleari eta, horretarako, bederatzi asteko epea izango du ikastegiko eskola egutegian zehaztutakoarekin bat lauhilekoa edo ikasturtea hasten denetik kontatzen hasita.

b) Azken ebaluazioa: Azterketa idatzia (%40) zein eskatutako lan guztiak (%60) entregatu behako ditu. Ikasleak praktikak edo lanak E-Gela plataformaren bidez entregatu beharko ditu azterketa deialdi ofiziala azken entregatze data izanik. Irakasgaia gainditzeko atal bakoitzean (lanak eta azterketan) gutxienez 10 puntutik 4ko nota lortu beharko du.

Ikasle batek entregatu beharreko lanen bat gainditzen ez baldin badu ez ohiko deialdia egin beharko du gainditu ez duen gaiarekin bakarrik. Nota partzialak kurtso akademiko berean bakarrik gordeko dira.

AZKEN EZALUAZIOKO DEIALDIARI UKO EGITEA.

1.– Deialdiari uko egiten dioten ikasleek «aurkezteke» kalifikazioa jasoko dute.

2.– Etengabeko ebaluazioaren kasuan, deialdiari uko egin nahi dioten ikasleek kasuan kasuko irakasgaiaren irakaskuntza aldia bukatu baino, gutxienez, hilabete lehenago egin beharko dute eskaria. Eskari hori idatziz aurkeztu beharko zaio irakasgaiaren ardura duen irakasleari.

3.– Azken ebaluazioaren kasuan, azterketa egun ofizialean egin beharreko proba ez aurkezte hutsak ekarriko du automatikoki kasuan kasuko deialdiari uko egitea.

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ikasleak 2 era hauen arteko bat aukeratu beharko du:

a) Ebaluaketa jarraia: ikasleak saio teoriko-praktikoetan parte hartu beharko du, eta azterketa idatzia (%40) zein eskatutako lan guztiak (%60) entregatu beharko ditu. Ikasleak praktikak edo lanak E-Gela plataformaren bidez entregatu beharko ditu. Plataforman zehazki aurkeztuko dira tarea ezberdinen entregatze datak. Irakasgaia gainditzeko atal bakoitzean (lanak eta azterketan) gutxienez 10 puntutik 4ko nota lortu beharko du.

Ikasle batek entregatu beharreko lanen bat gainditzen ez baldin badu ez ohiko deialdia egin beharko du gainditu ez duen gaiarekin bakarrik. Nota partzialak kurtso akademiko berean bakarrik gordeko dira.

b) Azken ebaluazioa: Azterketa idatzia (%40) zein eskatutako lan guztiak entregatu behako ditu (%60). Ikasleak praktikak edo lanak E-Gela plataformaren bidez entregatu beharko ditu azterketa deialdi ofiziala azken entregatze data izanik. Irakasgaia gainditzeko atal bakoitzean (lanak eta azterketan) gutxienez 10 puntutik 4ko nota lortu beharko du.

EZ OHIKO DEIALDIARI UKO EGITEA.

Ez ohiko deialdiari uko egiterakoan ikaslearen kalifikazioa ez aurkeztua izango da.

Azterketa egun ofizialean ez aurkezteak ez ohiko deialdiarian uko egite automatikoa ekarriko du.

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

E-gela-n aurkeztuko den material dozentea.

Gelan aurkeztutako artikulu zientifikoak.



BIBLIOGRAFÍA

Oinarrizko bibliografia

- Casajús, J.A. y Vicente-Rodríguez, G. (Coords.) (2011). Ejercicio físico y salud en poblaciones especiales. Exernet. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Gallardo Jauregui, M.V. (1994). Discapacidad motórica. Málaga: Aljibe.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). La actividad física orientada hacia la salud. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Sañudo, B. (2012). ACTIVIDAD FÍSICA EN POBLACIONES ESPECIALES. SALUD Y CALIDAD DE VIDA. SALUD Y CALIDAD DE VIDA. EDITORIAL WANCEULEN, S.L.

Gehiago sakontzeko bibliografia

- American College of Sport Medicine (ACSM, 2003) "Exercise management for Persons with Chronic Diseases and Disabilities" (2a edición), Editores Durstine J.L. y Moore G.E., Human Kinetics Publishers.
- Egea, C. Sarabia, A. (2001). Clasificaciones de la OMS sobre discapacidad. Boletín del Real Patronato sobre Discapacidad, no 50 (pp 15-30). Madrid.
- Guttman L., (1976) "Textbook of Sport for the Disabled", HM + M Publishers, Milton Road, Aylesbury, Inglaterra.
- Kasser, S. y Lytle, R. (2005) "Inclusive Physical Activity. A Lifetime of Opportunities", Human Kinetics.
- Martínez Ferrer J.O. (ed) (2007) II Conferencia Internacional sobre Deporte Adaptado. Libro de Actas (pp. 53-61). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte. 372.
- Organización Mundial de la Salud (2001) "Clasificación internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud", Grupo de Clasificación, Evaluación, Encuestas y Terminología. Ginebra, Suiza.

Aldizkariak

Adapted Physical Activity Quartely (<http://journals.humankinetics.com/apaq>)
Sports Medicine (<https://link.springer.com/journal/40279>)
European Journal of Adapted Physical Activity (<https://eujapa.upol.cz/>)
Spinal Cord (<https://www.nature.com/sc/>)
Disability and Health Journal(<https://www.disabilityandhealthjnl.com/>)

Interneteko helbide interesgarriak

OMS Discapacidad: <http://www.who.int/topics/disabilities/es/>
ACSM | The American College of Sports Medicine: <https://www.acsm.org/>
European College of Sport Science: <http://sport-science.org/>
CSD Discapacidad: <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/deporte-adaptado/>
Asociación Española de Deporte y Actividad Física Adaptada: www.dafaweb.es
Hegalak: Centro deportivo y de salud - Hegalak: <https://www.hegalak.com/es/>
Zuzenak: www.zuzenak.com/

OHARRAK