4039 - Reeducació funcional esportiva

Curs acadèmic: 2026-27
Facultat: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya - Barcelona
Titulació: Grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport
Matèria: Salut en l'activitat física i l'esport **Tipus matèria:** Optativa
Tipus assignatura: Optativa
Departament: Salut i Ciències Aplicades
Idiomes: Castellà
Curs: 4t **Semestre:** 8è
Crèdits ECTS matèria: 6
Crèdits ECTS assignatura: 6

Configuració de l'assignatura

Crèdits ECTS teoria: 2 **Grups teoria:** 1
Crèdits ECTS pràctica: 4 **Grups pràctica:** 1
Hores de docència setmanal: 4,5

Hores de dedicació de l'alumnat

Presencials: 60
Treballs dirigits: 45
Treball autònom: 45

Professorat

Nom	Coordinador	Crèdits	Correu electrònic
Priscila Torrado Pineda	Sí	2	ptorrado@gencat.cat
Andreu Carbonell Jordi	No	4	andreucarbonell@gencat.cat

Competències bàsiques

1. Que els estudiants hagin demostrat posseir i comprendre coneixements en un àrea d'estudi que parteix de la base de l'educació secundària general, i se sol trobar a un nivell que, si bé es recolza en llibres de text avançats, inclou també alguns aspectes que impliquen coneixements procedents de l'avantguarda del seu camp d'estudi.
2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els seus coneixements al seu treball o vocació d'una forma professional i posseeixin les competències que solen demostrar-se per mitjà de l'elaboració i defensa d'arguments i la resolució de problemes dins de la seva àrea d'estudi.
3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.
4. Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat com no especialitzat.
5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències generals

1. Compromís ètic (capacitat crítica i autocrítica/capacitat de mostrar actituds coherents amb les concepcions ètiques i deontològiques).
2. Capacitat d'aprenentatge i responsabilitat (capacitat d'anàlisi, de síntesi, de visions globals i d'aplicació dels coneixements a la pràctica/capacitat de prendre decisions i adaptació a noves situacions).
3. Treball en equip (capacitat de col·laborar amb els altres i de contribuir a un projecte comú/capacitat de col·laborar en equips interdisciplinaris i en equips multiculturals)

4. Capacitat comunicativa (capacitat de comprendre i d'expressar-se oralment i per escrit en català, castellà i en una tercera llengua, dominant el llenguatge especialitzat/capacitat de buscar, usar i integrar la informació).
5. Saber emprar les noves tecnologies de la informació i la comunicació (TIC).
6. Desenvolupar habilitats d'adaptació a noves situacions, resolució de problemes i treball autònom.
7. Desenvolupar habilitats de relació interpersonal i de comunicació.
8. Desenvolupar hàbits d'excel·lència i qualitat en la intervenció professional.
9. Actuar amb ètica i valors professionals.
10. Actuar d'acord amb el context jurídic i organitzatiu de la professió.

Competències específiques

1. Identificar i analitzar els trets estructurals i funcionals de l'activitat física i de l'esport.
2. Adquirir habilitats motrius i demostrar l'execució de la pràctica de l'activitat física i de l'esport.
3. Reconèixer i comprendre els diferents factors que condicionen l'activitat física i de l'esport.
4. Interpretar els elements, efectes i riscos que condicionen la pràctica de l'activitat física i de l'esport en diferents àmbits professionals.
5. Aplicar els coneixements adquirits en l'activitat física i de l'esport a la pràctica professional.
6. Planificar i avaluar els processos i programes d'activitat física i de l'esport en l'ensenyament, entrenament, salut, gestió i recreació.

Objectius

- Aplicar de manera pràctica els coneixements teòrics a un cas pràctic real.
- Dissenyar, planificar i programar amb criteris acadèmics d'excel·lència el procés de reentrenament i de prevenció per a una lesió específica .
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel.lència eines aplicables a tot procés per a la prevenció de lesions.
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel·lència eines aplicables a tot procés de reentrenament

Continguts

- **Bloc 1: Fonaments teòrics**
  - Bases per a la prevenció de lesions
  - Epidemiología
  - Bases per a la readaptació de lesions
- **Bloc 2: Lesions musculars**
  - Generalitats i casos comuns
  - RFD
  - Valoració funcional
- **Bloc 3: Lesions del tendó**
  - Tendinopatía del complex articular de l'espatlla
- **Bloc 4: Lesions articulars**
  - Lesions de genoll
  - Lesions de turmell
  - Valoració del canvi de direcció
- **Bloc 5: Lesions de maluc**
  - Osteopatía dinàmica de pubis
- **Bloc 6: Lesions d'esquena**
- **Bloc 7: Entrenament neurocognitiu**

Activitats formatives

Activitats dirigides

- Aprenentatge basat en problemes (ABP)
- Entorns col·laboratius
- Estudi de casos

Classes presencials

- Pràctica d'aula
- Pràctica d'Activitat Física i Esportiva
- Lliçó Magistral
- Pràctica de laboratori

Treball autònom de l'estudiant

- Estudi individual
- Lectures
- El·laboració d'apunts

Activitats d'avaluació

Examen teòric

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 3
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Prova final de tot el contigut de l'assignatura.

El format d'aquesta prova pot variar entre preguntes obertes, test, resolució de problemes i/o preguntes curtes.

Objectius associats a l'activitat

- Aplicar de manera pràctica els coneixements teòrics a un cas pràctic real.
- Dissenyar, planificar i programar amb criteris acadèmics d'excel·lència el procés de reentrenament i de prevenció per a una lesió específica .
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel.lència eines aplicables a tot procés per a la prevenció de lesions.
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel·lència eines aplicables a tot procés de reentrenament

Examen pràctic

Ponderació: 30%
Tipus: Individual
Nota mínima per a fer mitjana: 5
Permet reavaluació: Sí
Nota mínima reavaluació: 0

Examen pràctic en format oral sobre coneixements aplicats.

Objectius associats a l'activitat

- Aplicar de manera pràctica els coneixements teòrics a un cas pràctic real.
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel·lència eines aplicables a tot procés de reentrenament

Pràctiques

Ponderació: 20%
Tipus: Grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 1
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Lliurament de la pràctica setmanal correctament desenvolupada.

Objectius associats a l'activitat

- Aplicar de manera pràctica els coneixements teòrics a un cas pràctic real.
- Dissenyar, planificar i programar amb criteris acadèmics d'excel·lència el procés de reentrenament i de prevenció per a una lesió específica .
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel.lència eines aplicables a tot procés per a la prevenció de lesions.
- Elaborar sota criteris acadèmics d'excel·lència eines aplicables a tot procés de reentrenament

Exàmens parcials

Ponderació: 20%
Tipus: Individual o grupal
Nota mínima per a fer mitjana: 1
Permet reavaluació: No
Nota mínima reavaluació: -

Exàmens periòdics acumulatius (individuals o en grup) relacionats amb el tema actual o retrospectiu de l'assignatura.

Objectius associats a l'activitat

- Aplicar de manera pràctica els coneixements teòrics a un cas pràctic real.

Requisits avaluació continuada (específics)

- L'alumnat haurà de realitzar 4 proves d'avaluació.
- Per superar l'assignatura caldrà que les proves d'examen pràctic sigui puntuada amb una nota mínima de 5 sobre 10 de punts i que la mitjana ponderada final de les 4 proves superi els 5 punts.

La reavaluació és un procés que es posarà en funcionament una vegada finalitzat el període de publicació de les qualificacions finals.

L'alumnat que tindrà dret a una reavaluació serà aquell que obtingui entre un 3,5 i un 4,9 a l'exàmen pràctic. A partir d'aquest criteri, cada cas serà avaluat pel professorat per informar, individualment a cada alumne, sobre les activitats d'avaluació susceptibles a ser reavaluades.

Condicions específiques si l'alumnat no pot fer pràctiques o una activitat d'avaluació

En relació amb les proves d'avaluació: l'alumnat assisteix **però no pot fer l'activitat d'avaluació pràctica**

- Si es considera imprescindible que l'alumnat executi la prova, tindrà una nova oportunitat en el període de reavaluació
- Si no es considera imprescindible l'avaluació de la pràctica, perquè es tracta d'una activitat d'avaluació més, es valorarà la possibilitat de substituir-la per una altra prova mitjançant la qual aconsegueixi acostar-se al màxim als objectius formatius fixats (correcció, direcció, progressió d'ensenyament, prova oral, etc.).

Requisits avaluació única

Activitats i criteris de qualificació de l'avaluació única

- L'alumnat haurà de realitzar 2 proves d'avaluació: un examen teòric i una prova d'aplicació pràctica, ponderant cada una el 50%, en les dates d'examen marcades a tal efecte pel centre.
- Ambdues proves hauràn de ser qualificades amb una nota de 5 punts com a mínim per a fer mitjana.
- Per superar l'assignatura caldrà que la mitjana de les dues activitats sigui com a mínim de 5 sobre 10 de punts.
- Qualsevol nota d'aquestes dues activitats d'avaluació que resulti entre 0 i 1 suposarà suspendre directament la globalitat de tota l'assignatura.
- Per optar a revaluació d'alguna de les activitats, la nota haurà de ser superior a 1 punt e inferior a 5

Bibliografia i altres recursos

Balius, R. (2005). Patología muscular en el deporte. Barcelona:

Masson. Buckup, K. (1999). Pruebas clínicas para patología ósea, articular y muscular. Barcelona:

Freese, J. (2006). Fitness terapéutico. Barcelona: Paidotribo

Gonzalez, M.A, Cohí, O., Salinas, F. (2001). Escoliosis, realidad tridimensional. Barcelona: Masson.

Hislop, H., Montgomery, J. (1997). Daniels-Worthingaham's: Pruebas funcionales muculares. Madrid:

Marban. Irvin, R., Iversen, D., Roy, S. (1998). Sports medicine; prevention, assessment, management, and rehabilittion of athletic injuries.

Needham Heights, MA: Allyn and Bacon Prentice, W. (1999) Rehabilitation Techniques in Sports Medicine. Philadelphia: McGraw-Hill.

Neumann, D., Roen, E., Kiefer, C and Martens, K. (2016) Kinesiology of the Musculoskeletal System : Foundations for Rehabilitation (3rd Edition). MOSBY. ISBN-13: 9780323039895

Shultz, S., Houglum, P., Perrin, D. (2005). Examination of musculoskeletal injuries. Champaign, IL: Human kinetics.

Teyssandier; M.J. (1998). Práctica de la exploración clínica programada del raquis. Barcelona: Masson