

# PROGRAMA DE LA ASIGNATURA **PREPARACIÓN FÍSICA**

Curso: 2025/26

## DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

<b>Titulación:</b>	GRADO EN FISIOTERAPIA
<b>Año Plan de Estudios:</b>	2010
<b>Curso de Implantación:</b>	2011/12
<b>Centro Responsable:</b>	Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología
<b>Nombre Asignatura:</b>	Preparación Física
<b>Código:</b>	5420012
<b>Tipología:</b>	OPTATIVA
<b>Curso:</b>	PRIMERO
<b>Periodo de Impartición:</b>	SEGUNDO CUATRIMESTRE
<b>Créditos ECTS:</b>	6
<b>Horas Totales:</b>	150
<b>Área/s:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA
<b>Departamento/s:</b>	EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

## OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

1. Adquirir y utilizar un vocabulario científico que permita expresar con rigor las ideas propias del campo de la Preparación Física.
2. Conocer el cuerpo de conocimientos básicos de los conceptos, fundamentos y concepciones sobre las que ha ido formulándose la disciplina de Preparación Física.
3. Conocer y analizar el cuerpo teórico de conocimientos básicos que constituyen el contenido de la disciplina.
4. Conocer y utilizar diferentes medios de análisis y evaluación del proceso implicado en la Preparación Física para su identificación y actualización.

5. Plantear y resolver problemas extraídos de la teoría y de la práctica, llegando a usarse esquemas de resolución no conocidos, basados en los fundamentos biológicos conocidos.
6. Adquirir el conocimiento de los medios o fundamentos básicos del acondicionamiento físico, estudiando los principios elementales de actuación así como de los medios en los que se debe sustentar.
7. Conocer las directrices básicas del acondicionamiento físico y los aspectos básicos de su aplicación.
8. El aspirante al Grado de Fisioterapia deberá justificar su formación sobre la base de las aportaciones científicas dentro de la propia materia, y de las directamente relacionadas con la Teoría y Práctica del Acondicionamiento Físico en distintos núcleos de población, sentando las bases para una mayor especialización posterior.
9. Crear, elaborar y diseñar libremente métodos y estrategias de respuesta a la diversidad, sin ceñirse a cánones o principios teórico-prácticos generalizados, en un intento de adaptar la actuación cumpliendo el principio de individualización.
10. Conocer las distintas aplicaciones informáticas necesarias para actuar de manera eficaz en el proceso enseñanza y aprendizaje on-line.
11. Vivenciar las tareas y las técnicas específicas de intervención en las sesiones de Preparación Física.
12. Plantear y resolver problemas extraídos de la teoría y de la práctica, llegando a usarse esquemas de resolución no conocidos basados en los fundamentos biológicos conocidos.
13. Experimentar los procesos llevados a cabo para el desarrollo de sesiones relacionadas con la Preparación Física.
14. Participar en el diseño de actividades y tareas que se programan en el desarrollo de actividades físicas y el deporte.

15. Lograr, sobre la base de todo lo anterior, la vivencia motora generalizada de los medios y elementos que disponemos para llevar a cabo el desarrollo de las cualidades físicas en aplicación del desarrollo de su profesión.

16. Manejar y experimentar las aplicaciones informáticas utilizadas en el proceso enseñanza y aprendizaje on-line (Plataforma digital WebCT).

17. Adquirir actitudes favorables hacia la investigación de nuevos recursos que contribuyan a una mejora en el proceso de preparación deportiva.

18. Adquirir actitudes favorables hacia la participación e implicación en el desarrollo de la preparación deportiva y hacia la colaboración como pauta de relación profesional.

19. Utilizar estrategias de comunicación, interacción y de trabajo en equipo interprofesional relativo a los campos específicos de actuación deportiva.

20. Adquirir una actitud de apertura, valoración positiva y de aportación en el ámbito deportivo.

21. Ser conscientes de las propias creencias, sentimientos y valores existentes en el campo específico profesional de la actividad física y el deporte.

22. Adquirir hábitos adecuados hacia las aplicaciones informáticas a utilizar en el proceso enseñanza y aprendizaje on-line (Plataforma digital WebCT).

#### COMPETENCIAS:

##### Competencias específicas:

E.1.9.5. Ejecutar, dirigir y coordinar, el Plan de Intervención de Fisioterapia, atendiendo al principio de la individualidad del usuario y utilizando las herramientas terapéuticas propias de la Fisioterapia, es decir, el conjunto de métodos, procedimientos, actuaciones y técnicas

que mediante la aplicación de los medios físicos: curan, recuperan, habilitan, rehabilitan, adaptan y readaptan a las personas con deficiencias, limitaciones funcionales, discapacidades y minusvalías; previenen las enfermedades y promueven la salud a las personas que quieren mantener un nivel óptimo de salud. Ello implica: Establecer y aplicar los medios físicos terapéuticos en los tratamientos que se presten a los usuarios de todas las especialidades de medicina y cirugía donde sea necesaria la aplicación de los mencionados medios. Diseñar y aplicar ejercicios terapéuticos, con métodos especiales, para las enfermedades y lesiones cardiorrespiratorias, ortopédicas, traumatológicas, pediátricas, reumatológicas, geriátricas, neurológicas, neumológicas, deportivas, así como para las alteraciones del raquis, la incontinencia urinaria y fecal y los ejercicios maternos pre y postparto. Diseñar y aplicar los procedimientos de cinesiterapia, movilización, manipulación, masoterapia, terapia manual, osteopatía, quiropraxia y demás técnicas manuales. Diseñar y aplicar las distintas modalidades de electroterapia, termoterapia y crioterapia, fototerapia, ultrasonoterapia, vibroterapia, magnetoterapia, ergoterapia y presoterapia. Diseñar y aplicar las distintas modalidades de hidroterapia, balneoterapia, climatoterapia, talasoterapia, etc. Diseñar y aplicar las distintas modalidades de los métodos y técnicas terapéuticas reflejas así como de otras terapias manuales específicas.

alternativas o complementarias afines al campo de competencia de la Fisioterapia.

Establecer y aplicar el tratamiento en grupos a usuarios con problemas similares.

Fomentar

la participación del usuario y la familia en su proceso de recuperación. Prevenir y evitar los

riesgos en la aplicación del tratamiento. Establecer el plan de pautas a seguir durante el tratamiento.

E.1.9.9. Intervenir en los ámbitos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

Lo que incluye, entre otros: identificar los factores sociales y económicos que influyen en la

salud y en la atención a la salud; diseñar y realizar actividades de prevención de la

enfermedad y promoción de la salud; asesorar en la elaboración y ejecución sobre políticas

de atención y educación en el ámbito de la Fisioterapia; identificar riesgos y factores de

riesgo; evaluar y seleccionar a los usuarios que pueden beneficiarse de las medidas

preventivas; proporcionar educación sanitaria a la población en los distintos ámbitos:

familiar, escolar, deportivo, laboral y de ocio; planificar, establecer y aplicar ejercicios

posturas y actividades en programas de prevención de la salud; colaborar con los servicios

dedicados al desarrollo de la salud y ser un agente de salud; participar en los programas de

educación maternal, pediátrica, geriátrica, escolar, laboral, deportiva, del adolescente,

sexual y de educación especial; asesorar en programas de educación para la salud;

diseñar, enseñar y aconsejar sobre los diferentes medios de prevención de las alteraciones

funcionales, de control por medios físicos del dolor y, específicamente, en relación con la

higiene postural, las situaciones de pérdida de movilidad y las fases agudas álgidas.

Competencias genéricas:

G.1. INSTRUMENTALES:

G.1.1. Toma de decisiones.

G.1.2. Resolución de problemas.

G.1.4. Capacidad de análisis y síntesis.

G.1.5. Comunicación oral y escrita en la lengua nativa.

G.1.6. Capacidad de gestión de la información.

G.1.7. Conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio.

G.2. PERSONALES:

G.2.1. Compromiso ético.

G.2.2. Trabajo en equipo.

G.2.3. Habilidades en las relaciones interpersonales.

G.2.4. Trabajo en un equipo de carácter interdisciplinar.

G.2.5. Razonamiento crítico.

G.3. SISTÉMICAS:

G.3.1. Motivación por la calidad.

G.3.2. Adaptación a nuevas situaciones.

G.3.3. Creatividad.

G.3.4. Aprendizaje autónomo.

G.3.4. Iniciativa y espíritu emprendedor.

## **CONTENIDOS O BLOQUES TEMÁTICOS**

---

Bloque temático I. Introducción general a la Preparación Física.

Bloque temático II. Las Cualidades Físicas.

Bloque temático III. Evaluación de las Cualidades Físicas.

## **ACTIVIDADES FORMATIVAS**

---

Actividad Horas

B Clases Teórico/ Prácticas 40

D Clases en Seminarios 4

E Prácticas de Laboratorio 10

I Prácticas de Campo 6

## **METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE**

---

Exposiciones y seminarios

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

Prácticas de campo

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

Prácticas de Laboratorio

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

AAD con presencia del profesor

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

Clases teóricas

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

AAD sin presencia del profesor

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

## **SISTEMAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

---

### **a) Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas**

[https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA\\_REGULADORA\\_EVALUACION.pdf](https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA_REGULADORA_EVALUACION.pdf)

### **b) Criterios de Evaluación Generales:**

Opción A-Sobre los contenidos teóricos:

Al inicio del curso el profesor establecerá en el proyecto docente los criterios de

calificación de la parte teórica de la asignatura. Para superar esta parte de la asignatura es

preciso obtener al menos un 50% de su valor máximo.-Sobre los contenidos prácticos:

Al inicio del curso el profesor establecerá en el proyecto docente los criterios de

calificación de la parte práctica de la asignatura. Para superar esta parte de la asignatura

es preciso que el alumno participe en el mínimo de sesiones prácticas presenciales

establecidas por el profesor a principio de curso y obtenga una puntuación de, al menos,

un 50% de su valor máximo. La participación debe ser activa, de forma que si el alumno/a asiste a la sesión pero no interviene en las actividades propuestas, la asistencia no será contabilizada. Igualmente, la puntualidad, interés, cuidado del material e indumentaria deportiva serán tenidos en cuenta.

#### Opción B

Aquellos alumnos/as que no cumplan con el requisito de asistencia mínima a las sesiones prácticas estipulado en el proyecto docente deberán realizar una prueba específica, la cual será definida en dicho documento correspondiente al curso académico en cuestión. En esta prueba se contemplará la figura del estudiante con necesidades académicas especiales (al que se le realizarán, dentro de dicha prueba, las adaptaciones pertinentes), que incluye las situaciones personales de grave dificultad o discapacidad, los casos de embarazo y la compaginación de estudios con la actividad laboral. Para superar la asignatura es preciso obtener al menos un 50% de su valor máximo.

En caso de que el alumno no supere la totalidad de los apartados contemplados en la evaluación al inicio del curso, las puntuaciones obtenidas en aquéllos que si han sido superados serán respetadas hasta la convocatoria del mes de diciembre del curso en consideración.

En todo el proceso de evaluación se seguirá lo dispuesto en el Título III, Capítulo 4º del Reglamento General de Actividades Docentes de la Universidad de Sevilla, así como en la

Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas, aprobada por el Consejo de Gobierno en su sesión de 29 de septiembre de 2009.

***c) Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales***

Aquellos alumnos/as que no cumplan con el requisito de asistencia mínima a las sesiones prácticas estipulado en el proyecto docente deberán realizar una prueba específica, la cual será definida en dicho documento correspondiente al curso académico en cuestión. En esta prueba se contemplará la figura del estudiante con necesidades académicas especiales (al que se le realizarán, dentro de dicha prueba, las adaptaciones pertinentes), que incluye las situaciones personales de grave dificultad o discapacidad, los casos de embarazo y la compaginación de estudios con la actividad laboral. Para superar la asignatura es preciso obtener al menos un 50% de su valor máximo. En caso de que el alumno no supere la totalidad de los apartados contemplados en la evaluación al inicio del curso, las puntuaciones obtenidas en aquéllos que si han sido superados serán respetadas hasta la convocatoria del mes de diciembre del curso en consideración. En todo el proceso de evaluación se seguirá lo dispuesto en el Título III, Capítulo 4º del Reglamento General de Actividades Docentes de la Universidad de Sevilla, así como en la Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas, aprobada por el

Consejo de Gobierno en su sesión de 29 de septiembre de 2009.