

PROGRAMACIÓN DA DOCENCIA ANUAL DO 3º CURSO DE GRAO EN FISIOTERAPIA – CURSO 2024-25

MATERIA: Pilates aplicado en Fisioterapia.

COORDINADOR/A DA MATERIA: Gustavo Rodríguez Fuentes.

OUTROS DOCENTES DA MATERIA: 2 docentes de lista de agarda (LA1 e LA2) e Iris Machado de Oliveira.

Espazo onde se imparte a docencia teórica: Aula 4.

Espazo onde se imparte a docencia práctica ou o seminario: Laboratorio de Fisioterapia 1.

Primeiro cuadrimestre

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
1ª 9/13 setembro	Presentación da materia. (1h) <u>Docente:</u> Gustavo.	
2ª 16/20 setembro	T1. Historia do método Pilates. + T2. Bases do método Pilates. Principios básicos do método Pilates. (2h). <u>Docente:</u> Gustavo.	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
3ª 23/27 setembro	Establecemento das normas de elaboración do traballo da materia (2h). <u>Docente:</u> Gustavo.	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
4ª 30 setembro – 4 outubro	T2. Bases do método Pilates. Análise da postura e do movemento. (2h) <u>Docente:</u> LA1.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
5ª 7/11 outubro <i>Festivo día 12 - sábado non afecta á programación</i>	T2. Bases do método Pilates. Anatomía e biomecánica aplicada ao método Pilates. (2h)	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
	<u>Docente:</u> LA1.	implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
6ª 14/18 outubro	T2. Bases do método Pilates. Ferramentas que facilitan o movemento. (2h) <u>Docente:</u> LA1.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
7ª 21/25 outubro	T3. Material empregado no método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> LA1.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
8ª 28 outubro - 1 novembro <i>Festivo día 1 - venres</i>	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para a progresión dos exercicios. (2h) <u>Docente:</u> Gustavo.	Clase básica de Pilates para traballar de forma individual ou en pequeno grupo (e repaso). (6h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
9ª 4/8 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para programar unha clase e dirixila. (2h) <u>Docente:</u> Gustavo.	Consideracións básicas na montaxe das máquinas de Pilates (cadillac, reformer, silla e barril) + Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
10ª 11/15 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Indicacións, precaucións e contraindicacións do método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> LA2.	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
11ª 18/22 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Consideracións en relación ás medidas de seguridade a observar ao manexar o material empregado no método Pilates e ao executar os exercicios que o compoñen. (2h) <u>Docente:</u> LA2.	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
12 ^a 25/29 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Consideracións en relación ás medidas de seguridade a observar ao manexar o material empregado no método Pilates e ao executar os exercicios que o compoñen. (1h) <u>Docente:</u> LA2.	Exame de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
13 ^a 2/6 decembro <i>Festivo día 6 - venres</i>		
14 ^a 9/13 decembro		Exposición e defensa dos traballos. (6h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Iris (1 grupo).
15 ^a 16/20 decembro		
<p>Probas de avaliación do 1º cuadrimestre: do 8 ao 24 de xaneiro de 2025.</p> <p>Data límite de entrega de actas: 7 de febreiro de 2025.</p>		

Son festivos as seguintes datas:

12 de outubro (sábado - non afecta á programación), 1 de novembro (venres), e 6 de decembro (venres).

TRABALLO DA MATERIA

- Hai traballo obrigatorio na materia?: **Si**

- Prazos de entrega (indicación da/das semana/s na/nas que se lle esixirá a entrega parcial/total de dito traballo ao alumnado):

- Entrega parcial 1 (de habela): **10ª semana** (12 de novembro)
- Entrega parcial 2 (de habela):
- Entrega final: **13ª semana** (5 de decembro)

-Datos relevantes da avaliación continua: **exame parcial práctico** (máquinas) o 28 e 29 de novembro. Ademais, **as entregas relativas ao traballo** da materia (arriba) e a exposición do mesmo (12 e 13 de decembro)

Calendario Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Calendario_academico_UVigo_2024-25.pdf

Cronograma Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Cronograma_UVigo_2024-25.pdf