

PROGRAMACIÓN DA DOCENCIA ANUAL DO 3º CURSO DE GRAO EN FISIOTERAPIA – CURSO 2023-24

MATERIA: Pilates aplicado en Fisioterapia.

COORDINADOR/A DA MATERIA: Gustavo Rodríguez Fuentes.

OUTROS DOCENTES DA MATERIA: Docente de lista de agarda (LA).

Espazo onde se imparte a docencia teórica: Aula 3.

Espazo onde se imparte a docencia práctica ou o seminario: Laboratorio 7.

Primeiro cuatrimestre

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
1ª 11/15 setembro	Presentación da materia. (2h) <u>Docente:</u> Gustavo.	
2ª 18/22 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 Apoyo e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (3 grupos).
3ª 25/29 setembro	Establecimiento das normas de elaboración do traballo da materia (2h). <u>Docente:</u> Gustavo.	Exercicios pre-Pilates en mat Apoyo e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (3 grupos).
4ª 2/6outubro	T2. Bases do método Pilates. Anatomía e biomecánica aplicada ao método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> LA.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoyo e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (3 grupos).
5ª 9/13 outubro <i>Festivo día 12-xoves</i>	T2. Bases do método Pilates. Análise da postura e do movemento. (2h) <u>Docente:</u> LA.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoyo e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (3 grupos).

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
6^a 16/20 outubro	T2. Bases do método Pilates. Ferramentas que facilitan o movemento. (2h) <u>Docente: LA.</u>	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: Gustavo (3 grupos).</u>
7^a 23/27 outubro	T3. Material empregado no método Pilates. (2h) <u>Docente: LA.</u>	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: Gustavo (3 grupos).</u>
8^a 30 outubro/ 3 novembro <i>Festivo día 1-mércores</i>	T4. Desenvolvimento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para a progresión dos exercicios. (2h) <u>Docente: LA.</u>	Clase básica de Pilates para traballar de forma individual ou en pequeno grupo (e repaso). (6h). <u>Docente: Gustavo (3 grupos).</u>
9^a 6/10 novembro	T4. Desenvolvimento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para programar unha clase e dirixila. (2h) <u>Docente: LA.</u>	Consideracións básicas na montaxe das máquinas de Pilates (cadillac, reformer, silla e barril) + Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente: Gustavo (3 grupos).</u>
10^a 13/17 novembro	T4. Desenvolvimento do método Pilates en Fisioterapia. Indicacións, precaucións e contraindicacións do método Pilates. (2h) <u>Docente: LA.</u>	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente: Gustavo (3 grupos).</u>
11^a 20/24 novembro	T4. Desenvolvimento 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 componen. (2h) <u>Docente: LA.</u>	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente: Gustavo (3 grupos).</u>
12^a 27 novembro / 1 decembro		Exame de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente: Gustavo (3 grupos).</u>
13^a 4/8 decembro <i>Festivo día 6 e 8</i>		

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
14 ^a 11/15 decembro		Exposición e defensa dos traballos. (6h). <u>Docente:</u> Gustavo (3 grupos).
15 ^a 18/22 decembro		
Probas de avaliación do 1º cuatrimestre. Consultar data específica publicada pola Facultade de Fisioterapia.		

Son festivos as seguintes datas:

12 de outubro (xoves), 1 de novembro (mércores), e 6 (mércores) e 8 (venres) de decembro, 26 de xaneiro de 2023 (data de celebración do día de Santo Tomé de Aquino).

TRABALLO DA MATERIA

- Hai traballo obligatorio 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):
 - Entrega parcial 2 (de habela):
 - Entrega final: **13^a semana**
- Prazo de exposición e defensa (indicación da semana): **14^a semana**

Calendario Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Calendario_Academico_UVigo_2023-24.pdf

Cronograma Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Cronograma_UVigo_2023-24.pdf