

Recreación Deportiva

Grado en Ciencias de
la Actividad Física y
del Deporte

Curso 2025/26



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

GUÍA DOCENTE

Asignatura: Recreación Deportiva

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Carácter: Obligatoria

Idioma: Castellano

Modalidad: Presencial

Créditos: 6

Curso: 4º Curso

Semestre: 7º Semestre

Profesorado/Equipo Docente: Dr. David Pizarro Mateo

1. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1.1. Competencias

CB1: Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

CG3: Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.

CG8: Promover, desarrollar y evaluar a través de la educación física, la formación en hábitos saludables de alimentación y de actividad física y deporte entre los diferentes sectores de la población para la mejora de la condición física y la salud.

CG9: Aplicar en el diseño y desarrollo de los programas de educación física, deporte, actividad física y recreación los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos, comportamentales, didácticos y sociales.

CG10: Programar, desenvolver y evaluar el proceso de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles y ámbitos.

CG11: Elaborar programas para dirigir y gestionar organizaciones, entidades, instalaciones, equipamientos y eventos deportivos de forma individual o conjunta.

CG12: Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

CG13: Desarrollar competencias para el aprendizaje autónomo y la adaptación a las nuevas situaciones.

CG14: Desarrollar el razonamiento crítico y hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional, actuando con respeto a los principios éticos necesarios.

CG15: Demostrar que han desarrollado las habilidades necesarias para la práctica profesional en el ámbito de actividad física y del deporte.

CG16: Utilizar la educación física y el deporte como un medio para formar en valores, tanto en el contexto educativo como en cualquier otro en el que el/la profesional desempeñe su labor.

CE2: Conocer estrategias de intervención y motivación psicológicas para la atención individual y/o grupal en contextos de actividad física y de deporte.

CE14: Abordar la actividad física y el deporte desde una perspectiva científica y educativa, aplicando medios y metodologías innovadoras en los diferentes contextos en los que el/la profesional desempeñe su labor.

CE21: Conocer e identificar los beneficios bio-psico-sociales de la práctica de actividad física, deportiva y recreativa.

CE22: Conocer los fundamentos teórico-prácticos de las actividades físicas, deportivas y recreativas para aplicarlos al contexto educativo o a cualquier otro ámbito profesional.

CE23: Elaborar y desarrollar programas de actividad física y deportiva con el fin de aplicar los criterios de adaptación que faciliten la participación efectiva de las personas con discapacidades o problemas de marginación social.

CE24: Conocer y utilizar de forma adecuada el material, el equipamiento y las instalaciones deportivas y saber adecuarlos a las actividades a desarrollar, a los usuarios y a las circunstancias particulares.

CE25: Conocer la organización y la estructura del deporte en sus diferentes niveles y ámbitos, actuando según la legislación correspondiente.

1.2. Resultados de aprendizaje

- Desarrollar las capacidades necesarias para el diseño y la puesta en marcha de proyectos deportivos, dando respuesta a las necesidades identificadas con los recursos disponibles.
- Conocer y gestionar cualquier tipo de organización deportiva en toda su extensión, optimizando la utilización de los recursos disponibles (humanos, materiales, financieros y comerciales).

2. CONTENIDOS

2.1. Requisitos previos

Ninguno.

2.2. Descripción de los contenidos

El programa de la presente asignatura presenta, como objetivo principal, dotar al alumno de los conocimientos y competencias que le permitan programar, dirigir, gestionar y/o poner en práctica actividades orientadas a la recreación físico-deportiva. Este ámbito se encuentra en continua evolución, siendo cada vez más demandado por diferentes sectores poblacionales, donde cada vez prima más la calidad de vida. En consecuencia, la recreación físico-deportiva se plantea como un medio potencial de proyección externa de las actividades que se desarrollan en la titulación para con la sociedad, dada la amplitud de poblaciones y variedad de contenidos que pueden aplicarse.

De forma concreta, la asignatura se organiza en tres bloques. A través del primer bloque se pretende considerar los fundamentos de la actividad físico-recreativa, analizar la recreación

deportiva desde diferentes ámbitos profesionales, conocer sus manifestaciones y, por último, conceptualizar los juegos y deportes como piedras angulares de cualquier contexto de recreación físico-deportiva. Por otro lado, el segundo bloque abordará los programas de recreación físico-deportiva, sus condicionantes y planificación. En este sentido, se profundizará en los tipos de programas y en las variables y factores condicionantes para su diseño y puesta en práctica. Por último, el tercer bloque aborda la evolución y el proceso dinámico de las prácticas físico-deportivas, atendiendo a los valores, modelos y estructuras; así como se hará especial hincapié en la animación y dinamización deportiva.

Por ende, ahondar en el dinamismo de las prácticas físico-deportivo-recreativas constituye uno de los aspectos más importantes de esta asignatura, en la que, por una parte, de manera teórica y, por otra, con un amplio soporte práctico, abordará las diferentes tendencias y técnicas de recreación, así como las particularidades de su dinamización, teniendo en cuenta los posibles recursos a emplear. De esta manera, dichas actividades pretenden ser una alternativa de actividad física y deportiva destinada a una ocupación activa del tiempo libre y de ocio. Esto hace que constituyan una realidad en auge en relación con las salidas profesionales de los futuros graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

2.3. Contenido detallado

- Fundamentación del Ocio, Tiempo Libre y Recreación Físico-deportiva
- Los programas de Recreación Físico-deportiva, sus condicionantes y planificación
- La animación y dinamización deportiva

2.4. Actividades Formativas

ACTIVIDAD FORMATIVA	HORAS	PORCENTAJE DE PRESENCIALIDAD
Clases Magistrales	34	100 %
Caso Práctico	8	100 %
Tutorías	14	100 %
Trabajos individuales o en grupo de los estudiantes	16	0 %
Actividades a través de recursos virtuales	2	50 %
Acceso e investigación sobre contenidos complementarios	6	0 %
Estudio individual y trabajo autónomo	50	0%
Actividades prácticas de campo	20	100%

2.5. Actividades dirigidas

Durante el curso se podrán desarrollar algunas de las actividades, prácticas, memorias o proyectos siguientes, u otras de objetivos o naturaleza similares:

Actividad Dirigida 1 (AD1): casos prácticos.

- Tareas y supuestos prácticos a realizar en clase con el fin de profundizar en los contenidos teóricos-prácticos explicados por el profesor.

Actividad Dirigida 2 (AD2): trabajos individuales o en grupo de los estudiantes.

- Planificación y desarrollo de un programa de recreación físico-deportiva en función de los objetivos perseguidos y el contexto (p.ej. urbano o rural, edad de los participantes...).

Actividad Dirigida 3 (AD3): acceso e investigación sobre contenidos complementarios

- Planteamiento de un diseño de investigación aplicado al contexto recreativo.

Actividad Dirigida 4 (AD4): actividades prácticas de campo

- Elaboración de una sesión práctica recreativa para el abordaje de un juego (popular, tradicional, motor...) y/o deporte en función de los objetivos y el contexto.

2.6. Metodología

El profesorado podrá elegir entre una o varias de las siguientes metodologías detalladas en la memoria verificada del título.

MD1 - Método expositivo / Clase magistral: Exposición por parte del docente de los contenidos de cada tema por medio de explicaciones y presentaciones, junto con indicaciones sobre fuentes de información y bibliografía. Se promueve la participación activa del estudiante con actividades de debate, discusión de casos, preguntas y exposiciones. El estudiante dispondrá previamente de materiales didácticos, que incluirán objetivos, guiones, cronograma y recursos.

MD2 - Resolución de ejercicios y problemas: Planteamiento de situaciones y ejercicios prácticos que el estudiante debe resolver.

MD3 - Método del caso: Examen y análisis sistemáticos y profundos de los diferentes aspectos y cuestiones de casos prácticos reales y concretos y propuesta de resolución de los mismos.

MD4 - Realización de trabajos: Elaboración de informes y documentos en los que el estudiante debe realizar labores de búsqueda bibliográfica, recopilación de información, análisis de documentos, análisis de casos, redacción y explicación de conclusiones.

MD5 - Aprendizaje orientado a proyectos: Metodología de aprendizaje llevada a cabo en la realización, organización y diseño de proyectos orientados al ámbito de la actividad física y del deporte.

3. SISTEMA DE EVALUACIÓN

3.1. Sistema de calificaciones

El sistema de calificaciones finales se expresará numéricamente, de acuerdo con lo dispuesto en el art. 5 del Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre (BOE 18 de septiembre), por el que se establece el Sistema Europeo de Créditos y el sistema de Calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y su validez en todo el territorio nacional.

0 - 4,9 Suspenso (SS)

5,0 - 6,9 Aprobado (AP)

7,0 - 8,9 Notable (NT)

9,0 - 10 Sobresaliente (SB)

La mención de "matrícula de honor" podrá ser otorgada a alumnos que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9,0"

El número de matrículas de honor no podrá exceder de 5% de los alumnos matriculados en una materia en el correspondiente curso académico, salvo que el número de alumnos matriculados sea inferior a 20, en cuyo caso sólo se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

3.2. Criterios de evaluación

Convocatoria ordinaria

Modalidad: Presencial

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Asistencia y participación en clase	10%
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	20%
Examen final o trabajo final	50%
Realización de actividades prácticas de campo	20%

Convocatoria extraordinaria

Modalidad: Presencial

Sistemas de evaluación	Porcentaje
Presentación de trabajos y proyectos (Prácticas individuales y trabajo en equipo)	20%
Examen final o trabajo final	60%
Realización de actividades prácticas de campo	20%

3.3. Restricciones

Calificación mínima

Para poder hacer media con las ponderaciones anteriores es necesario obtener al menos una calificación de 5 en la prueba final.

Asimismo, será potestad del profesor solicitar y evaluar de nuevo las prácticas o trabajos escritos, si estos no han sido entregados en fecha, no han sido aprobados o se desea mejorar la nota obtenida en ambas convocatorias.

Asistencia

El alumno que, injustificadamente, deje de asistir a más de un 25% de las clases presenciales podrá verse privado del derecho a examinarse en la convocatoria ordinaria.

Normas de escritura

Se prestará especial atención en los trabajos, prácticas y proyectos escritos, así como en los exámenes tanto a la presentación como al contenido, cuidando los aspectos gramaticales y ortográficos. El no cumplimiento de los mínimos aceptables puede ocasionar que se resten puntos en dicho trabajo. Concretamente, por cada falta de ortografía, se restará 0.1 a la nota

final, pudiendo el alumno llegar a suspender el examen.

3.4. Advertencia sobre plagio

La Universidad Antonio de Nebrija no tolerará en ningún caso el plagio o copia. Se considerará plagio la reproducción de párrafos a partir de textos de auditoría distinta a la del estudiante (Internet, libros, artículos, trabajos de compañeros...), cuando no se cite la fuente original de la que provienen. El uso de las citas no puede ser indiscriminado. El plagio es un delito.

En caso de detectarse este tipo de prácticas, se considerará Falta Grave y se podrá aplicar la sanción prevista en el Reglamento del Alumno.

4. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía básica

- Aguilar, M.J. (2013). *Cómo animar un grupo: técnicas grupales*. Madrid: Editorial CCS.
- Barbieri, A. (2008). *Deporte y recreación accesibles*. Buenos Aires: Nobuko.
- Bernal, J.A. (2002). *Juegos y deportes con material alternativo*. Sevilla: Wanceulen.
- Blández, J. (2010). *La utilización del material y del espacio en Educación Física*. Barcelona: Inde.
- Camerino, O. (2000). *Deporte recreativo*. Barcelona: Inde.
- Cañizares, J.M. & Carbonero, C. (2016). *Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales*. Sevilla: Wanceulen.
- Castañer, M. (1990). *1001 ejercicios y juegos de recreación*. Barcelona: Paidotribo.
- Desbordes, M. & Falgoux, J. (2006). *Gestión y organización de un evento deportivo*. Barcelona: Inde.
- García-Sánchez, E., Ayora-Pérez, D. & Mestre-Sancho J.A. (2004). *Organización de eventos deportivos*. Barcelona: Inde.
- Gil, P.A. (2003). *Animación y dinámica de grupos deportivos manual para la enseñanza*. Sevilla: Wanceulen.
- López de Ceballos, P. & Larrazabal, S. (1987). *Formación de animadores y dinámicas de la animación*. Editorial Popular.
- Miranda, J. & Camerino, O. (1996). *La recreación y animación deportiva*. Salamanca: Amarú.
- Moreno, C. (1992). *Juegos y deportes tradicionales en España*. Madrid: Alianza Deporte.
- Orlik, T. (2008). *Juegos y deportes cooperativos: Desafíos divertidos sin competición (Experiencias Pedagógicas)*. Editorial Popular.
- Ortí, J. (2004). *La animación deportiva, el juego y los deportes alternativos*. Barcelona: Inde.
- Prieto, J. (2019). *Materiales alternativos autoconstruidos para la clase de Educación Física: 35 fichas con fotos de construcción paso a paso y 140 juegos*. Independently published.
- Ruiz Juan, F. & García Montes, M. E. (2001). *Desarrollo de la motricidad a través del juego. Materiales convencionales y no convencionales como recursos metodológicos*. Madrid: Gymnos.
- Soria, M. A. & Cañellas, A. (1991). *La animación deportiva*. Barcelona: Inde.
- Trigo Aza, E. (1989). *Juegos motores y creatividad*. Barcelona: Paidotribo.
- Trilla, J. (1997). *Animación sociocultural: teorías, programas y ámbitos*. Barcelona: Ariel.

Otros recursos

Campus virtual. En esta plataforma se colgarán diversos documentos que sirvan de apoyo para el estudiante; así como los relativos a diferentes sesiones tanto teóricas como prácticas.

5. DATOS DEL PROFESORADO

Puede consultar el perfil académico y profesional del equipo docente, en:

<https://www.nebrija.com/carreras-universitarias/grado-en-ciencias-del-deporte/#profesores>