

**FICHA IDENTIFICATIVA****DATOS DE LA ASIGNATURA****Código:** 33032**Nombre:** Preparación Física aplicada a la Fisioterapia**Ciclo:** Grado**Créditos ECTS:** 4,5**Curso académico:** 2025-26**TITULACIONES**

Titulación	Centro	Curso	Periodo
1202 - Grado en Fisioterapia	Facultat de Fisioteràpia	4	Segundo cuatrimestre

MATERIAS

Titulación	Materia	Carácter
1202 - Grado en Fisioterapia	Preparación Física aplicada a la Fisioterapia	OPTATIVA

COORDINACIÓN

CASAÑA GRANELL JOSÉ

CALATAYUD VILLALBA JOAQUIN

RESUMEN

Preparación Física es una asignatura ofrecida en el Grado en Fisioterapia de la Universitat de Valencia en 4º curso con carácter optativo.

El objetivo de la asignatura es ofrecer al futuro fisioterapeuta unos conocimientos básicos sobre la Preparación Física orientada hacia el ámbito terapéutico, dándole al fisioterapeuta unas herramientas para complementar su actuación. Así pues, los contenidos de esta materia son:

- La condición física del paciente como punto de partida.
- Generalidades sobre las cualidades físicas del paciente.
- Principios fundamentales del entrenamiento.
- Principios fundamentales del ejercicio físico.



- Planificación y estructuración del ejercicio físico.
 - Métodos y sistemas de mejora de la fuerza.
 - Métodos y sistemas de la flexibilidad.
 - Métodos y sistemas de la resistencia.
 - Métodos y sistemas del entrenamiento neuromotor y la coordinación.
- to neuromotor y la coordinación.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS DE LA MISMA TITULACIÓN

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

OTROS TIPOS DE REQUISITOS

No se requieren

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1202 - Grado en Fisioterapia

Aplicación de las técnicas para el desarrollo de la flexibilidad, elasticidad, coordinación, propiocepción y equilibrio.

Aplicación de las técnicas para la mejora de la resistencia al ejercicio.

Aplicación de los diferentes sistemas de musculación para el desarrollo de los diferentes tipos de fuerza.

Conocer las diferentes cualidades físicas del paciente.

Conocer los principios fundamentales del ejercicio físico.

Conocer los principios generales de la actividad muscular.

Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterápicas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha, a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.

Evaluar la condición física del paciente.

Intervenir en los ámbitos de promoción, prevención, protección y recuperación de la salud.

Mantener actualizados los fundamentos de los conocimientos, habilidades, destrezas actitudes de las



competencias profesionales.

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.

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

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

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.

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.

Reconocer la diversidad, la multiculturalidad, los valores democráticos y la cultura de la paz.

Respetar los derechos fundamentales y de igualdad entre hombres y mujeres.

Tener capacidad de organizar y planificar el trabajo.

Trabajar en equipo.

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Introducción general a la Preparación Física. Acondicionamiento Físico

- La Preparación Física en la Fisioterapia
- La sesión de Preparación Física. Estructuras de entrenamiento
- Fundamentos básicos del acondicionamiento físico. Bases biológicas del ejercicio, Leyes y Principios.
- Factores que intervienen y consideraciones especiales en el campo de la fisioterapia.
- Planificación y programación del entrenamiento físico.

- Las cualidades físicas: Introducción. Clasificación. Características definitorias. Factores que las determinan. Evaluación y control.
- Cualidad Física: Fuerza.
- Cualidad Física: Resistencia.
- Cualidad Física: Flexibilidad.
- Cualidad Física: Velocidad.



2. Las cualidades físicas

- Las cualidades físicas: Introducción. Clasificación. Características definitorias. Factores que las determinan. Evaluación y control.
- Cualidad Física: Fuerza.
- Cualidad Física: Resistencia.- Cualidades Coordinativas.
- Consideraciones en poblaciones especiales.

3. Diseño de programas de ejercicio físico

- Consideraciones previas.
- Criterios metodológicos.
- Ejercicio Físico terapéutico.

VOLUMEN DE TRABAJO (HORAS)

ACTIVIDADES PRESENCIALES

Actividad	Horas
Teoría	15,00
Prácticas en aula	30,00
Total horas	45,00

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

Actividad	Horas
Asistencia a otras actividades	0,00
Elaboración de trabajos individuales o en grupo	34,00
Estudio y trabajo autónomo	33,50
Preparación de clases	0,00
Preparación de actividades de evaluación	0,00
Resolución de casos prácticos	0,00
Total horas	67,50

METODOLOGÍA DOCENTE

La metodología de enseñanza-aprendizaje de la materia, estará enmarcada en la teoría cognitivo-constructivista del aprendizaje, que subraya el papel esencialmente activo del estudiante. Este será el protagonista de su proceso educativo y tratará de desarrollar un aprendizaje significativo basado en los conocimientos previos. El profesor actuará de mediador y facilitador del aprendizaje utilizando técnicas motivadoras, de modelado, la mayéutica, la introspección y la resolución de problemas.



La programación docente puede ser modificada en el desarrollo del curso si el profesor responsable, bajo el criterio de calidad docente y asimilación de conocimientos por parte de los estudiantes, lo considera oportuno.

lo considera oportuno.

EVALUACIÓN

El sistema de evaluación de la asignatura consistirá en la suma de las calificaciones obtenidas de (A) la evaluación de los conocimientos teóricos del estudiante y (B) de las habilidades prácticas y otras competencias demostradas durante el desarrollo de la asignatura, debiendo superarse (**OBTENER UN 5**) en cada una de estas partes para obtener la nota final.

A) Parte teórica, supondrá el 40% de la nota final de la asignatura:

PRUEBA OBJETIVA (TIPO TEST): El examen tipo test constará de 20 - 40 preguntas de respuesta múltiple, siendo correcta una de las cuatro opciones de respuesta. La corrección de dicha prueba se realizará según la siguiente fórmula:

¿ Nota = [aciertos-(errores/nº opciones-1)]*(máxima nota/nº preguntas).

B) Parte práctica, supondrá el 60% de la nota final de la asignatura. El alumno podrá escoger entre una evaluación continua o un examen práctico.

a) Evaluación continua: asistencia obligatoria a las prácticas (como mínimo el 80%), en las que se valorará la actitud y participación en las diferentes actividades propuestas. Los alumnos que opten por esta opción deberán presentar un trabajo grupal que será tutelado por el equipo docente. El trabajo grupal y su exposición constituirán un 60% de la nota final de la asignatura.

b) Examen práctico: el mismo día del examen teórico se realizará un examen práctico al finalizar el mismo, con 3-5 preguntas de desarrollo. Esta prueba tendrá un valor del 60% de la nota final de la asignatura.

BIBLIOGRAFÍA

Básicas

- Baechle TR, Earle RW. Principios del entrenamiento de la fuerza y del acondicionamiento físico. Buenos Aires Madrid: Médica Panamericana; 2007.
- López Chicharro J, López Mojares LM. Fisiología clínica del ejercicio. Buenos Aires: Médica Panamericana; 2008.
- Manual NSCA. Fundamentos del entrenamiento personal. Barcelona: Editorial Paidotribo; 2016.
- Pescatello LS. ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 9th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer/Lippincott Williams & Wilkins Health 2014.



- Rodríguez García PL [coordinador]. Ejercicio físico en salas de acondicionamiento muscular: bases científico-médicas para una práctica segura y saludable. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2008.
- Romero D, Tous J. Prevención de lesiones en el deporte. Claves para un rendimiento deportivo óptimo. Madrid: Editorial Médica Panamericana; 2011.
- Wilmore JH, Costill DL. Fisiología del esfuerzo y del deporte. Barcelona: Paidotribo; 2007.

Complementarias

- Kisner C, Allen CL. Ejercicio terapéutico. Fundamentos y técnicas. 5ª ed. Buenos aires: Editorial médica Panamericana; 2010.
- Mora-Rodríguez R. Fisiología del deporte y el ejercicio: prácticas de campo y laboratorio. Madrid: Médica Panamericana; 2010.
- Moore GE, Durstine L, Patricia L. ACSMs Exercise Management for Persons With Chronic Diseases and Disabilities. 4th ed. USA: Human Kinetics; 2016.

Asimismo, en cada tema se especificarán los libros, artículos científicos y lecturas de interés recomendados para la preparación de los contenidos abordados en dicha sección.