Universidad Rey Juan Carlos

GUÍA DOCENTE

PRÁCTICAS EN LABORATORIOS DE CIENCIAS DEL DEPORTE

MÁSTER U. EN PREPARACIÓN FÍSICA PARA LA SALUD Y EJERCICIO EN PATOLOGÍAS CRÓNICAS

CURSO 2026-27

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

Fecha de publicación: 07-07-2026

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

I.-Identificación de la Asignatura	
Tipo	OBLIGATORIA
Período de impartición	1 curso, 1S semestre
Nº de créditos	9
Idioma en el que se imparte	Castellano

II.-Presentación

La asignatura *Prácticas en laboratorios de Ciencias del Deporte* tiene como objetivo conocer y utilizar las principales herramientas tecnológicas avanzadas de evaluación y monitorización de la carga física para la aplicación de programas de ejercicio físico en usuarios con enfermedades crónica, así como conocer los criterios biomecánicos y la evaluación necesaria para prevenir patología musculotendinosa y disminuir el riesgo de lesión en usuarios con enfermedades crónicas así como readaptar a dichos usuarios a la práctica de ejercicio físico.

III.-Resultados de Aprendizaje

CON04. Reconocer las principales herramientas tecnológicas avanzadas de evaluación y monitorización de la carga física para la aplicación de programas de ejercicio físico en usuarios con enfermedades crónicas.
HAB05. Utilizar las herramientas tecnológicas actuales de evaluación de la condición física y monitorización de la carga de entrenamiento, así como la información procedente de artículos científicos, libros, etc.
COM4. Decidir adecuadamente respecto a las estrategias idóneas de cuantificación de la carga en el entrenamiento físico en enfermedades crónicas en base a los hallazgos científicos más actuales.
COM8. Actuar con ética y responsabilidad profesional ante los desafíos sociales, ambientales y económicos, teniendo como referentes los principios y valores democráticos y los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
COM9. Contribuir en el diseño, desarrollo y ejecución de soluciones que den respuesta a demandas sociales, mostrando concienciación sobre el respeto a la diversidad y a los principios de accesibilidad universal y diseño para todas las personas, teniendo en cuenta como referente los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

- Leyenda para las titulaciones no adaptadas al RD 822/21: **CB** - competencias básicas, **CG** - competencias generales, **CE** - competencias específicas, **CT** - competencias transversales.
- Leyenda para las titulaciones adaptadas al RD 822/21: **CON** - conocimientos, **COM** - competencias, **HAB** - habilidades.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

IV.-Contenido

IV.A.-Temario de la asignatura

Unidad pedagógica 1: Valoración de la condición física y monitorización de la carga de entrenamiento
- Medición del VO2máx en el ámbito de la salud y ejercicio
- Medición del máximo ritmo de oxidación de grasas
- Medición de la fuerza y potencia muscular en el ámbito de la salud
- Medición de la flexibilidad y ROM
- Medición de la hidratación y ritmo de sudoración

Unidad pedagógica 2: Valoración de la calidad de vida y salud física y mental
- Instrumentos generales de evaluación y valoración de la calidad de vida y el bienestar psicosocial
- Instrumentos de evaluación y valoración de la calidad de vida y el bienestar psicosocial específicos de patologías crónicas
- Otros instrumentos generales y específicos para evaluar otras variables relacionadas con la calidad de vida y el bienestar psicosocial
- Interpretación de resultados y toma de decisiones basada en datos de calidad de vida y bienestar psicosocial

Unidad pedagógica 3: Valoración artromuscular y prevención de patología musculotendinosa.
- Conceptos básicos sobre la valoración artromuscular y su determinación para prescribir ejercicio
- Criterios biomecánicos para prevenir patología musculotendinosa
- Evaluación para justificar prescripción de ejercicio y disminuir el riesgo de lesión
- Programas de readaptación a la práctica de ejercicio físico. Contextualización y diseño de tareas

IV.B.-Actividades formativas

Tipo	Descripción
Laboratorios experimentales y/o tecnológicos	Realización de prácticas expermentales en laboratorio.
Lecturas	Lectura y trabajo de artículos, vídeos y material científico
Asistencia a clases teóricas	Asistencia a clases teóricas, seminarios o talleres

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

V.-Tiempo de trabajo del alumnado (30h grado y 25h máster)	
Clases teóricas	0
Clases de resolución de ejercicios, problemas, casos, etc.	0
Prácticas en laboratorios experimentales, tecnológicos, clínicos, campo, etc.	70
Realización de pruebas	2
Tutorías académicas	5
Actividades relacionadas: jornadas, seminarios, etc.	13
Preparación de clases teóricas	0
Preparación de prácticas/ejercicios/casos	70
Preparación de pruebas	65
Total de horas de trabajo del alumnado	225

VI.-Metodología y plan de trabajo

Tipo	Periodo	Contenido
Laboratorios experimentales y/o tecnológicos	Semana 1 a Semana 12	Conocer y utilizar las principales herramientas tecnológicas avanzadas de evaluación y monitorización de la carga física para la aplicación de programas de ejercicio físico en usuarios con enfermedades crónicas. Como conocer los criterios biomecánicos y la evaluación necesaria para prevenir patología musculotendinosa y disminuir el riesgo de lesión en usuarios con enfermedades crónicas así como readaptar a dichos usuarios a la práctica de ejercicio físico.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

VII.-Método de evaluación

El modelo de evaluación general es la evaluación continua, tal como establece el Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.
Deberán utilizarse todos los sistemas de evaluación establecidos para la asignatura en la memoria de la titulación, excepto aquellos que tuviesen una ponderación mínima del 0%, que podrán utilizarse en los cursos académicos en los que el profesorado lo considere oportuno. Cada uno de los sistemas de evaluación podrá ser aplicado mediante una o más actividades de evaluación, coherentes con ese sistema. Ninguna de las actividades de evaluación podrá superar individualmente el 60% de la calificación global de la asignatura.
La suma de las actividades de evaluación no revaluables no podrá superar el 40% de la calificación global de la asignatura y, en general, no deberían tener nota mínima (salvo en el caso de actividades de carácter práctico en las que, estrictamente, no pudieran reproducirse en la convocatoria extraordinaria las condiciones de evaluación de la convocatoria ordinaria).
El alumnado que no consiga superar la asignatura en la convocatoria ordinaria, o no se hayan presentado, podrán presentarse a la convocatoria extraordinaria únicamente a las actividades de evaluación revaluables no superadas.
El uso de herramientas basadas en inteligencia artificial está prohibido en cualquier ejercicio y prueba de evaluación de la asignatura salvo que el profesor lo indique de forma explícita en el enunciado o en el material de esta. En caso de que esté permitido, se darán indicaciones precisas de qué usos están permitidos y cuáles no.
La distribución y características de las actividades de evaluación son las que se describen a continuación.

VII.A.- Descripción de las actividades de evaluación y su ponderación

Evaluación ordinaria continua:
La distribución y características de las pruebas de evaluación son las que se describen a continuación. Solo en casos excepcionales y especialmente motivados, el profesor podrá incorporar adaptaciones en la Guía. Dichos cambios requerirán, previa consulta al Responsable de la Asignatura, la autorización previa y expresa del Coordinador de Grado, quien notificará al Vicerrectorado con competencias en materia de Ordenación Académica la modificación realizada. En todo caso, las modificaciones que se propongan deberán atender a lo establecido en la memoria verificada. Para que tales cambios sean efectivos, deberán ser debidamente comunicados a comienzo de curso a los estudiantes a través del Aula Virtual.
La suma de las actividades no revaluables no podrá superar el 50% de la nota de la asignatura y, en general, no podrán tener nota mínima (salvo en el caso de las prácticas de laboratorio o prácticas clínicas, cuando esté debidamente justificado), evitando incorporar pruebas que superen el 60% de la ponderación de la asignatura.

Evaluación extraordinaria:
Los estudiantes que no consigan superar la evaluación ordinaria, o no se hayan presentado, serán objeto de la realización de una evaluación extraordinaria para verificar la adquisición de las competencias establecidas en la guía, únicamente de las actividades de evaluación revaluables.

VII.B.- Evaluación del alumnado con dispensa académica de asistencia a clase

La concesión de Dispensa Académica de Asistencia a Clase (DAAC) no implica que se quede automáticamente eximido de participar en las actividades de evaluación continua ni en las actividades formativas presenciales de asistencia obligatoria establecidas en la guía docente. Una vez concedida la dispensa, el alumnado deberá contactar con el docente, que podría proponerle las adaptaciones que considere convenientes, siempre que garanticen la adquisición y adecuada evaluación de los resultados de aprendizaje previstos. El alumnado deberá mantener a lo largo de curso una comunicación fluida con el docente para que este le proporcione información sobre las fechas en que se realizarán esas actividades formativas y de evaluación, en caso de que su programación no estuviese ya fijada y a disposición del alumnado en el momento de la concesión de la dispensa.
Asignatura con posibilidad de dispensa: Sí

VII.C.- Revisión y reclamación de las actividades de evaluación

Se realizará conforme al Reglamento de evaluación de los resultados de aprendizaje de la Universidad Rey Juan Carlos.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

VII.D.- Alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales

Con el fin de garantizar la igualdad de oportunidades, la no discriminación, la accesibilidad universal y la mayor garantía de éxito académico, las adaptaciones curriculares para alumnado con discapacidad o con necesidades educativas especiales serán pautadas por la Unidad de Atención a Personas con Discapacidad, de acuerdo con la normativa que regula el servicio de Atención a Estudiantes con Discapacidad, aprobada por Consejo de Gobierno de la Universidad Rey Juan Carlos.
Para que esas adaptaciones puedan realizarse, será requisito la emisión de un informe de adaptaciones curriculares por parte de dicha Unidad, por lo que el alumnado con discapacidad o necesidades educativas especiales deberán contactar con este servicio para analizar conjuntamente las distintas opciones.

VII.E.- Conducta académica, integridad y honestidad académica

La Universidad Rey Juan Carlos está plenamente comprometida con los más altos estándares de integridad y honestidad académica, por lo que estudiar en la URJC supone asumir y suscribir los valores de integridad y la honestidad académica recogidos en el Código Ético de la Universidad.

Para acompañar este proceso, la Universidad dispone de la Normativa de Convivencia de la Universidad Rey Juan Carlos y de diferentes herramientas (antiplagio, supervisión) que ofrecen una garantía colectiva para el completo desarrollo de estos valores esenciales.

Las herramientas basadas en inteligencia artificial pueden mejorar la experiencia de aprendizaje, pero debe utilizarse de forma ética, legal, honesta y transparente. Por este motivo, deben seguirse las recomendaciones de uso adecuado indicadas por los docentes de la asignatura.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

VIII.-Recursos y materiales didácticos

Bibliografía básica

Adsuar Salas, J. C. (2022). Envejecimiento activo, bienestar y calidad de vida en áreas rurales. España: Wanceulen Editorial S.L..
Bayles, M. P. (2023). *ACSM's exercise testing and prescription*. Lippincott Williams & Wilkins.
Collado Mateo, D., Villafaina Domínguez, S., Pérez Sousa, M. Á. (2019). Fibromialgia. Calidad de vida y mejora a través del ejercicio físico en mujeres. España: Wanceulen Editorial S.L..
Fayers, P. M., Machin, D. (2015). Quality of Life: The Assessment, Analysis and Reporting of Patient-reported Outcomes. Alemania: Wiley.
Joyce, D. & Lewindon, D. *(2021) High-Performance Training for Sports*. Human Kinectics
Kassianos, A. (2022). Handbook of Quality of Life in Cancer. Suiza: Springer International Publishing.
McGuigan, M. (2019). *Testing and evaluation of strength and power*. Routledge.
Miravitlles M, Ribera A. Understanding the impact of symptoms on the burden of COPD. Respir Res. 2017 Apr 21;18(1):67.
Mora, J., Aguado, X., & De La Cruz, J. (2024). Mecánica Muscular y Articular. Bases para la Prescripción de Ejercicios Físicos. Panamericana
Price, J. (2024) El método biomecánico para el ejercicio correctivo. Orbishealth Edit.
Sayyed Kassem L, Aron DC. The assessment and management of quality of life of older adults with diabetes mellitus. Expert Rev Endocrinol Metab. 2020 Mar;15(2):71-81.
Taboadela, C. H. (2007). Goniometría: una herramienta para la evaluación de las incapacidades laborales.
van Munster M, Pedrosa AJ, Künkler C, Pedrosa DJ. The Quality in Quality of Life in Parkinson's Disease: A Qualitative Meta-Synthesis. Mov Disord Clin Pract. 2024 May 7.

Bibliografía complementaria

IX.-Profesorado

Nombre y apellidos	DANIEL COLLADO MATEO
Correo electrónico	daniel.collado@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Titular de Universidad
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	2
Nº de Sexenios	1
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	1

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

Nombre y apellidos	DAVID COLOMER POVEDA
Correo electrónico	david.colomerp@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	1
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0
Nombre y apellidos	INÉS NIETO ROMERO
Correo electrónico	ines.nieto@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	1
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0
Nombre y apellidos	JOSÉ LOSA REYNA
Correo electrónico	jose.losa@urjc.es

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	Si
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	2
Nº de Sexenios	2
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0
Nombre y apellidos	JUAN DEL COSO GARRIGOS
Correo electrónico	juan.delcoso@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Catedrático/a de Universidad
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	3
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	2
Nombre y apellidos	MARCOS ANTONIO SORIANO RODRÍGUEZ
Correo electrónico	marcosa.soriano@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.

Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	1
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0
Nombre y apellidos	VALENTÍN EMILIO FERNÁNDEZ ELÍAS
Correo electrónico	valentin.fernandez@urjc.es
Departamento	Estudios Históricos y Sociales, Lengua Española, Literatura, Filosofía Moral y Didácticas Específicas.
Campus de impartición	Fuenlabrada
Categoría	Profesor/a Ayudante Doctor/a
Titulación académica	Doctor
Responsable de asignatura	No
Horario de tutorías	Para consultar las tutorias póngase en contacto con el/la profesor/a a través de correo electrónico
Nº de Quinquenios	1
Nº de Sexenios	2
Nº de Sexenios de transferencia	0
Nº de evaluaciones positivas Docentia	0

Q2803011B UNIVERSIDAD REY JUAN CARLOS
Fecha firma: 18/11/2026 01:11 | Hash: ef18fb90640cbe773890ff43db548f38.