

**IRAKASKUNTZA-GIDA**

2022/23

**Ikastegia**

135 - Hezkuntza eta Kirol Fakultatea. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzi

**Zikl.**

Zehaztugabea

**Plana**

GDEPOR10 - Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua

**Ikastaroa**

1. maila

**IRAKASGAIA**

25790 - Jarduera Fisikoari eta Kirolari Aplikatutako Giza Anatomia

**ECTS kredituak:** 6

**IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA**

Jarduera fisikoan eta kirolari aplikatutako giza anatomiak ikaslea anatomiaren eta giza gorputzaren munduan sartzen du. Mugimenduaren anatomia espezifikoan oinarritzen da, zehazki hezur, giltzadura eta gihar sistemetan. Honi esker, ikasleak giza mugimenduetan parte hartzen duten hezur, giltzadura eta giharrak ezagutzen ikasiko du.

**GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK**

**IKASGAIAREN GAITASUN ESPEZIFIKOAK:**

1. Jarduera fisiko eta kirolean aplikatzen diren kontzeptu anatomikoak ulertu eta erabiltzen jakitea.

IKASKUNTZA EMAITZAK 1: Ikasleak giza gorputzaren ezaugarri anatomikoak ezagutu eta ulertu egiten ditu, eta edozein jarduera fisikoren deskribapenean erabiltzeko gai da.

2. Jarduera fisiko eta kirolean erabiltzen den terminologia espezifikoa erabiltzen jakitea.

IKASKUNTZA EMAITZAK 2: Ikasleak edozein jarduera fisikoren deskribapenean terminologia anatomiko espezifiko eta zehatza erabiltzeko gai da.

**ZEHARKAKO GAITASUNAK:**

-G018 Informazioaren eta komunikazioaren teknologiak (IKT) JFKZren esparruan aplikatzen jakitea (landu eta ebaluatzen da, baina ez da kalifikatzen).

-G020 Egoera berrietara egokitzeko, arazoak konpontzeko eta modu autonomoan ikasteko gaitasunak garatzea (landu, ebaluatu eta kalifikatzen da).

G020 GAITASUNAREN IKASKUNTZA EMAITZAK: Ikaslea bere kabuz klasean ikusitako kontzeptuetan sakontzeko gai da, informazioa proposaturiko iturrietatik zein beste iturrietatik eskuratuz.

**CONTENIDOS TEÓRICO-PRÁCTICOS**

**1. OROKORTASUNAK:**

- 1.1- Giza-anatomiaren ikasketarekin erlazioa duen izendegia.
- 1.2- Giza gorputzaren mugimendu, plano eta ardatzak.
- 1.3- Ehunak, organoak eta sistemak.
- 1.4- Aparatu lokomotoarearen egitura.

**2. HEZURRAK:**

- 2.1- Orokortasunak: hezurren sailkapena, egitura, funtzioak eta hazkundea.
- 2.2- Ardatz eskeletoko hezurak: garezurra, bizkarrezurra eta bular-kaiola.
- 2.3- Gerri eskapularra eta goiko gorputz adarreko hezurak.
- 2.4- Gerri pelbikoa eta beheko gorputz adarreko hezurak.

**3. GILTZADURAK:**

- 3.1- Orokortasunak: giltzaduren funtzioak, egonkortasuna eta sailkapena.
- 3.2- Bizkarrezurreko eta bular-kaiolako giltzadurak.
- 3.3- Gerri eskapularreko eta goiko gorputz adarreko giltzadurak.
- 3.4- Gerri pelbikoko eta beheko gorputz adarreko giltzadurak.

**4. GIHARRAK:**

- 4.1- Orokortasunak: giharren funtzioak, egitura, sailkapena, penazio angelua, gihar ekintza motak, gihar mono- eta biartikularren ezaugarriak, eta azaleko eta sakoneko giharren ezaugarriak.
- 4.2- Bizkarraldeko, sabelaldeko, lepoko eta bular-kaiolako giharrak.
- 4.3- Gerri eskapularreko eta goiko gorputz adarreko giharrak.
- 4.4- Gerri pelbikoko eta beheko gorputz adarreko giharrak.

**METODOLOGIA**

Eskola MAGISTRALETAN irakasgaiaren eduki teorikoak aurkeztuko dira.

GELAKO eta LABORATEGIKO PRAKTIKETAN era praktikoa batean eskola teorikoetan ikusitako edukiak sakonduko dira bideoak, eredu anatomikoak eta abar erabiliz.

## IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	45		10	5					
Horas de Actividad No Presencial del Alumno/a	67,5		15	7,5					

**Legenda:** M: Magistrala S: Mintegia GA: Gelako p.  
 GL: Laborategiko p. GO: Ordenagailuko p. GCL: P. klinikoak  
 TA: Tailerra TI: Tailer Ind. GCA: Landa p.

## EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

## KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Test motatako proba % 70
- Praktiak (ariketak, kasuak edo buruketak) % 30

## OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ohiko deialdian irakasgaia gainditzeko, ebaluazioa bi erataraz egin ahal izango da: jarraia edo azkena. Ebaluazio mota lehenetsia jarraia izango da ikasle guztientzat, baina honi uko egin ahal izango diote azken ebaluazioa aukeratzeko. Horretarako, ikasle bakoitzak ebaluazio jarrairi uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgaiaren ardura duen irakasleari, lauhilekoa hasten denetik 9 asteko epean. Bai Etengabeko zein Azken Ebaluazioan, ebaluazioa eta ikasketen ohiko printzipio etikoen urratzeak azken nota 0 izatea ekarriko du. Ebaluazioa era ez presentzialean egin beharko balitz, antolaketa-egokitzapenak egingo dira 2022-23 Irakaskuntzarako Egokitzapen Planaren gomendioei jarraituz eta dagokien egutegi eta egitarauan.

1. ETENGABEKO EBALUAZIOA: azken notaren % 70a test motako azterketaren bidez lortuko da, eta % 30a praktiken notaren bidez (proba praktikoa bakoitzak erantzun irekiko 14-20 galdera izango ditu eta azken notako % 10eko balioa izango du). Lehen proba praktikoa 1 eta 2. eduki-multzoak amaitzerakoan egingo da (Orokortasunak eta Hezurak), bigarrena 3. eduki-multzoa amaitzerakoan (Giltzadurak) eta hirugarrena 4. eduki-multzoa amaitzerakoan (Giharrak). Irakasgaia gainditzeko, azken nota 5 bat edo altuagoa izan beharko da. Ez da derrigorrezkoa izango banakako proba bakoitza gainditzea batezbestekoa egin ahal izateko.

Ohiko deialdian etengabeko ebaluazioko deialdiari uko egitea:

Etengabeko ebaluazioan parte hartzen duten ikasleek, ohiko deialdiari uko egiteko nahikoa izango dute egun ofizialean egin beharreko azterketara ez aurkeztea. Deialdiari uko egitean, azken nota "Ez Aurkeztua" izango da.

2. AZKEN EBALUAZIOA: azken ebaluazioa aukeratu duten ikasleen ebaluazioa azken notaren % 100eko balioa duen test motako azterketa baten bidez egingo da (ebaluazio jarraia jarraitzen dutenen azterketa berbera). Irakasgaia gainditzeko, azken nota 5 bat edo altuagoa izan beharko da.

Ohiko deialdian azken ebaluazioko deialdiari uko egitea:

Azken ebaluazioan parte hartzen duten ikasleek, ohiko deialdiari uko egiteko nahikoa izango dute egun ofizialean egin beharreko azterketara ez aurkeztea. Deialdiari uko egitean, azken nota "Ez Aurkeztua" izango da.

## EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

- Ohiko deialdian etengabeko ebaluazioa jarraitu duten ikasleek ikasturtean zehar eskuratutako emaitza positiboak gordetzeko aukera izango dute, eta ohiko deialdiko ebaluazio irizpideak mantenduko zaizkie. Horretarako, eskaera idatziz aurkeztu beharko diote irakasleari azterketa eguna baino lehen. Ikasleek ezohiko deialdiari uko egiteko aukera izango dute, eta horretarako nahikoa izango da ebaluazio proba osatzen duen azterketara ez aurkeztea edota burutu beharreko zereginak ez aurkeztea.

- Ohiko deialdian azken ebaluazio sistema aukeratu duten ikasleentzat, ohiko deialdiko ebaluazio irizpideak mantenduko dira. Ikasleek ezohiko deialdiari uko egiteko aukera izango dute, eta horretarako nahikoa izango da ebaluazio proba osatzen duen azterketara ez aurkeztea.

Bi kasuetan, ebaluazioa eta ikasketen ohiko printzipio etikoen urratzeak azken nota 0 izatea ekarriko du. Ebaluazioa era ez presentzialean egin beharko balitz, antolaketa-egokitzapenak egingo dira 2022-23 Irakaskuntzarako Egokitzapen Planaren gomendioei jarraituz eta dagokien egutegi eta egitarauan.

## NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

Ez dago nahitaez erabili beharreko materialik.

## BIBLIOGRAFÍA

### Oinarrizko bibliografia

- Ayuso Gallardo, J.L. (2008). Anatomía funcional del aparato locomotor. Sevilla: Wanceulen [611.7 AYU].
- Azkue, J.J. et al. (2019). Terminología anatómica. Anatómiaren nazioarteko terminologia. Bilbo: Euskal Herriko Unibertsitatea [611 TER].
- Paulsen, F. & Waschke, J. (2012). Sobotta, atlas de anatomía humana. Anatomía general y aparato locomotor. Barcelona: Elsevier España [611 SOB/I].
- Schünke, M.; Schulte, E. & Schumacher, U. (2011). Prometheus, texto y atlas de anatomía. Tomo 1: Anatomía general y aparato locomotor. Madrid: Editorial Médica Panamericana [611 SCH/I].
- Valerius, K.P. et al. (2009). El libro de los músculos: Anatomía, exploración, función. Barcelona: Ars medica [611.7 LIB].
- Weineck, J. (2013). Anatomía deportiva. Barcelona: Paidotribo [611.7 WEI].
- Wirhed, R. (1989). Habilidad atlética y anatomía del movimiento. Barcelona: Edika-Med, S.A. [612.76 WIR].

### Gehiago sakontzeko bibliografia

- Abrahams, P.H.; Marks, S.C. & Hutchings, R. (2005). Gran atlas McMinn de anatomía humana. Barcelona: Océano [611 ABR].
- Hall, S.J. (2012). Basic Biomechanics. Dubuque (IA): William C. Brown Publishers [612.76 HAL].
- Netter, F.H. (2011). Atlas de anatomía humana. Barcelona: Elsevier Masson [611 NET].
- Pereira Rodríguez, J.A. (2014). Giza anatómiako atlasa. Leioa: Euskal Herriko Unibertsitateko argitalpen zerbitzua [611 GIZ].
- Thibodeau, G.A. & Patton, K.T. (2007). Anatomía y fisiología. Barcelona: Elsevier España [611 THI].
- Tortora, G.J. & Derrickson, B. (2013). Principios de anatomía y fisiología. México: Editorial Médica Panamericana [611 TOR].
- Watkins, J. (2010). Structure and function of the musculoskeletal system. Champaign (IL): Human Kinetics [612.7 WAT].

### Aldizkariak

- Annals of Anatomy: <http://www.sciencedirect.com/science/journal/09409602>
- European Journal of Anatomy: <http://eurjanat.com/web/>
- Journal of Anatomy: <http://onlinelibrary.wiley.com/journal/10.1111/%28ISSN%291469-7580>

### Interneteko helbide interesgarriak

Anatomy TV:

- <https://www.anatomy.tv/>

Anatomia ereduak online:

- <https://human.biodigital.com/index.html>
- <https://www.zygotebody.com/>

Mugikorrentzako Aplikazioak:

- Anatomy Learning 3D Atlas: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.AnatomyLearning.Anatomy3DViewer3&hl=es>
- Atlas de anatomía humana 2021: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.visiblebody.atlas>
- Complete Anatomy 2021: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.a3d4medical.completeanatomy>
- Muscle Premium - 3D Guide: <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.visiblebody.musclepremium>
- Visible Body Human Anatomy Atlas: <https://www.visiblebody.com/anatomy-and-physiology-apps/human-anatomy-atlas>

Twitter:

- @DrIvanSaenz
- @jachahla
- @PasionAnatomia
- @RadiologiaClub

Instagram:

- @anatomystandard
- @chicagosportsdoc
- @drivansaenz

YouTube kanalak:

- 3D Anatomy Lyon kanala: [https://www.youtube.com/channel/UC9LucUID-BUjL\\_c8oAT3vHQ](https://www.youtube.com/channel/UC9LucUID-BUjL_c8oAT3vHQ)
- Randale Sechrest-en kanala: <https://www.youtube.com/user/randalesechrest>
- Anatomy Zone kanala: <https://www.youtube.com/channel/UCR9m1bxGaw3Ubrap34U-yDA>
- Animated Anatomy kanala: <https://www.youtube.com/user/TeacherFlash>
- Kenhub kanala: <https://www.youtube.com/user/kenHubCOM>

Besteak:

-Gray-ren anatomia online: <http://www.bartleby.com/107/>

-Granadako Unibertsitateko anatomia funtzionala: <http://www.ugr.es/~dlcruz/index.htm>

## OHARRAK