



Irakaskuntza Gidaliburua

2025/26 ikasturtea

Datu Orokorrak

Irakasgaia: Unibertsitatea
Titulazioa: Kirol Kudeaketako Gradua
Mota: Derrigorrezkoa
ECTS kredituak: 6
Maila: 1.
Denbora-banaketa: 1. seihiilekoa
Hizkuntza: Gaztelania
Irakasle-taldea: Borja Gutiérrez

Irakasgaiaren aurkezpena:

Irakasgai hau ikasiz, jarduera fisikoaren eta osasunaren arteko erlazioari buruzko funtsezko ezagutzak eskuratuko ditu ikasleak. Oinarrizko kontzeptuak sartuko dira, hala nola jarduera fisikoa, ariketa eta egoera fisikoa, eta sedentarismoaren ondorioak aztertuko dira. Ikasleek jarduera eta egoera fisikoa ebaluatzen ikasiko dute, eta jarduera fisikoak osasunerako dituen onurak aztertuko dira. Gainera, ohitura osasungarriak sustatzeko estrategiak aurkeztuko dira, hala nola higiena, jarrera eta elikadura egokia. Lesioak prebenitzeko metodoak, sendatzeko teknikak eta lehen laguntzak ere jorratuko dira. Irakasgaiaren, premia bereziak eta gaixotasun nagusiak dituzten pertsonentzako jarduera fisiko egokitua sartuko da, eta programa espezifikoak diseinatuko dira.

Datu espezifikoak

Prestakuntza- eta ikaskuntza-prozesuaren emaitzak (PIE)

Ezagutzak edo Edukiak (E)	E2	Kirol-jardueraren balioak sustatzen dituzten kirol-zerbitzuak garatzeko tresnak ezagutzea.
	E3	Kirol-eremuan jarduera osasungarriak sortzen jakitea, populazio-maila guztietan sustatzeko.
	E4	Jarduera fisikoaren, kirolaren eta aisialdiaren eremuetan printzipio fisiologikoak, biomekanikoak, psikologikoak eta sozialak garatzea.
	E5	Zereginak, protokoloak, prozesuak eta jarduerak garatzean taldeak osatzeko ezagutzak eskuratzea.
	E6	Kirol-materiala eta - ekipamendua jardueraren eta erabili beharreko kirol-espazioaren arabera kudeatzeko tresnak



Irakaskuntza Gidaliburua 2025/26 ikasturtea

		ezagutzea.
	E7	Kirol-negoziaren aukerak identifikatzen ikastea nazioko zein nazioarteko testuinguruetan.
	E8	Kirol-enpresen kudeaketa estrategikoa eta horren faseak ezagutzea.
	E9	Pertsonak edo lantaldeak kudeatzeko tresnak ezagutzea, haien garapenean eta motibazioan oinarrituta.
Gaitasunak (GA)	GA1	Hainbat iturritatik datorren informazioa kudeatzea eta kirol-kudeaketaren esparruan planteatutako agertokietan eskuratutako ezagutzak aplikatzea.
	GA2	Kirol-kudeaketaren arloan proiektuak modu autonomoan eta arduratsuan kudeatzea.
	GA3	Pertsonen arteko harremanei lotutako konpromiso etikoa eta trebetasun pertsonalak eskuratzea, bereziki jarduera fisikoaren eta kirolaren eremuan.
	GA4	Era guztietako entzuleei, ezagutzei, ideiei, datuei eta abarri argi eta zehatz komunikatzea, kirol-kudeaketaren azterketaren esparruan.
Trebetasunak eta Abileziak (T)	T5	Kirol-enpresaren eta haren ingurunearen egoerara egokitutako sormen-estrategiak egituratzea.
	T6	Kirol-enpresen planak garatzea fase guztietan: Bideragarritasun komertziala; bideragarritasun ekonomiko-finantzarioa eta bideragarritasun teknikoa.
	T7	Enpresa-kudeaketako tresnak aplikatzea kirol-kudeaketaren azterketaren esparruan.
	T8	Kudeaketa-tresnak modu eraginkor eta egokian integratzea kirol-erakunde bateko edozein arlo funtzionaletan edo sailetan.
	T9	Erantzukizun sozialaren printzipioak garatzea enpresan, jarduera fisikoaren eta kirolaren esparruan arrakasta izateko aukera-iturri gisa.

Irakasgaiaren Edukia*

Kirola eta osasuna

- Kirola guztiontzat eta talde jakin batzuentzat
- Kirola osasun- eta ongizate-iturri gisa
- Kirola eta jarduera fisikoa osasunerako agintzea



Irakaskuntza Gidaliburua

2025/26 ikasturtea

- Kirola, ohitura osasungarriak eta osasunaren sustapena
- Kirola eta osasuna sustatzeko erakundeak eta kanpainak
- Mantentzea, fitnessa eta osasuna
- Ekintzailatza kirol-osasunaren arloan
- Patologia eta jarduera fisikoa

(* Garatutako edukia eskuragarri dago Unibertsitateko Campus Birtualean argitaratutako irakasgaiaren irakaskuntza-programazioan)

Irakaskuntza-metodologiak eta prestakuntza-jarduerak

Irakasgai honetan erabilitako irakaskuntza-metodologiak honako hauek dira:

IM1	Azalpenezko metodoa
IM2	Kasu-azterketak
IM3	Arazoetan oinarritutako ikaskuntza
IM4	Proiektuetan oinarritutako ikaskuntza
IM5	Ikasketa kooperatiboa
IM6	Tutoretzak

Irakasgai honetan erabilitako prestakuntza-jarduerak honako hauek dira:

Prestakuntza-jarduerak	Aurreikusitako orduak	presentzialtasuna (%)
PJ1: Klase teorikoa	36	100
PJ2: Praktika-klasea	18	100
PJ3: Lanak egitea (banakakoak eta/edo taldekoak)	6	20
PJ4: Tutoretzak (banakakoak eta/edo taldekoak)	3	50
PJ5: Ikasketa independentea eta ikaslearen lan autonomoa	84	0
PJ6: Ebaluazio-probak	3	100



Irakaskuntza Gidaliburua

2025/26 ikasturtea

Guztira	150	
---------	-----	--

Ebaluazioa: Ebaluazio-sistemak eta -irizpideak

Irakasgai honetan honako ebaluazio-sistema hauek erabili dira:

Izendapena	Gutx. hazt.	Gehi. hazt.
ES1: Ikaslearen bertaratzea eta parte-hartzea ebaluatzea	5	10
ES2: Lanen ebaluazioa	10	50
ES3: Ebaluazio- eta/edo azterketa-probak	30	60

Ikasleak bi ebaluazio-modalitate ditu irakasgaia gainditzeko:

- Etengabeko ebaluazioa, urtean 2 deialditan: ohikoa eta ezohikoa.
- Ebaluazio bakarra, urtean bi deialdirekin.
- EUNEIZ Unibertsitatean, ebaluazio jarraitua (irakasleek definitutako irakasgaiaren jardura ebaluagarrien batez besteko haztatua) funtsezko ebaluazioa da, baina EUNEIZek ebaluazio bakarra egiteko aukera ematen dio ikasleari (azterketa bakarra).
- Ezin da aldatu ikasturtean zehar ikasleak aukeratutako ebaluazio-modalitatea (jarraitua izatetik bakarra izatera).
- Ebaluazio bakarraren modalitatea baliatu nahi duen ikasleak hori **justifikatzen** duen idazki formal bat eskatu beharko die irakasgaiaren ardura duten irakasleei eta tituluaren koordinazioari, ikasturtea hasten den lehenengo bi asteetan.
- Ikaslearen % 80 eskola presentzialetara joaten ez bada, ezingo da ohiko deialdira aurkeztu eta automatikoki ezohiko deialdira igaroko da.
- Hutsegiteak irakasgaiaren ardura duen ikasleari justifikatu behar zaizkio, astebeteko epean gehienez ere. Egiaztagiri ofiziala posta elektronikoz aurkeztu beharko zaio irakasle arduradunari.
- Salbuespen gisa, irakasgaiaz arduratzen den irakasleak beste irizpide osagarri batzuk ere erabili ahal izango ditu, hala nola ikaslearen parte-hartzea, jarrera, jardun- eta aprobeztamendu-maila eta abar, ikasleak deialdi arruntan jarraitzeko aukera izan dezan, baldin eta gutxieneko bertaratzea % 70etik gorakoa bada.



Irakaskuntza Gidaliburua 2025/26 ikasturtea

- Ikaslea ezohiko ebaluaziora joango da BAKARRIK suspenditutako zatiekin.
- Irakasgaiaren kalifikazio-sistemak 1125/2003 Errege Dekretuan ezarritakoari jarraitzen dio, eta lortutako emaitzak 0tik 10era bitarteko zenbakizko eskalari jarraituz kalifikatuko dira, dezimal baten adierazpenarekin.
 - 0-4,9: Gutxiegi (GT).
 - 5,0-6,9: Nahiko (NK).
 - 7,0-8,9: Oso ongi (OO).
 - 9,0-10: Bikain (BI)
- «Ohorezko matrikula» aipamena 9.0 edo gehiagoko kalifikazioa lortu duten ikasleei eman ahal izango zaie. Kopurua ez da izango dagokion ikasturtean ikasgai batean matrikulatutako ikasleen ehuneko bost baino handiagoa, matrikulatutako ikasleen kopurua 20tik beherakoa denean izan ezik; kasu horretan, «Ohorezko Matrikula» bakarra eman ahal izango da.
- Ebaluazio-jarduerarik egiten ez duen ikasle matrikulatua ez-aurrezkatat (EA) joko da.
- Idatzizko ebaluazio-jarduera orok (lanak, azterketak...) ortotipografia-hutsegiteak hartuko ditu kontuan azken kalifikazioan.
- Plagioa debekatuta dago, bai lanetan, bai azterketetan; antzemanek gero, kalifikazioa gainditu gabe geratuko da. Gainera, campus birtualaren bidez entregatutako lanak Turnitin tresnak aztertuko ditu:
 - Irakasleak % 20 eta % 30 arteko antzekotasun-indizea duten txostenak berrikusiko ditu, plagio-iturri posibleak aztertzeko eta justifikatuta dauden ebaluatzeko.
 - Irakaslearen analisia egin ondoren, % 30etik gorako antzekotasun-indizea duen edozein lan ez da ebaluatuko.

Bibliografia eta ikasteko beste baliabide batzuk

Oinarrizko Bibliografia

Irakasgaiaren edukiak eguneratuta mantentzeko eta jakintzaren etengabeko bilakaera ikusita, lehen mailako iturrietako informazioa erabiliko da nagusiki. Horretarako, maiz sartu beharko da datu-base zientifikoetara, hala nola:

- Web of Science <https://webofknowledge.com/>
- Pubmed <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

jarduera fisikoarekin eta osasunarekin lotutako erakundeen webgunea:

- Osasunaren Mundu Erakundea (OMS) <http://www.who.int/en/>
- American College of Sport Medicine (ACSM)



Irakaskuntza Gidaliburua 2025/26 ikasturtea

- European College of Sport Medicine (ECSM)
- National Strength and Conditioning Association (NSCA)
- European Association for the study of obesity www.easo.org

Bibliografia Osagarria

- ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription. 11^a edición. 2021. Baltimore, MD, USA.
- Bouchard, C.; Blair, S.N.; Haskell, W. (2012). Physical Activity and Health. Second Edition. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee. 2018 Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, 2018.
- WHO Guidelines on Physical Activity and Sedentary Behaviour. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

Gomendatutako Beste Ikaskuntza-baliabide Batzuk

•