

PROGRAMACIÓN DA DOCENCIA ANUAL DO 3º CURSO DE GRAO EN FISIOTERAPIA – CURSO 2025-26

MATERIA: Pilates aplicado en Fisioterapia.

COORDINADOR/A DA MATERIA: Gustavo Rodríguez Fuentes (gfuentes@uvigo.gal).

OUTROS DOCENTES DA MATERIA: Laura Rodríguez Rodríguez (laura.rodriguez.rodriguez@uvigo.gal).

Espazo onde se imparte a docencia teórica: Aula 4.

Espazo onde se imparte a docencia práctica ou o seminario: Laboratorio de Fisioterapia 1.

Primeiro cuadrimestre

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
1ª 08/12 setembro	Presentación da materia. (1h) <u>Docente:</u> Gustavo .	
2ª 15/19 setembro	T1. Historia do método Pilates. + T2. Bases do método Pilates. Principios básicos do método Pilates. (2h). <u>Docente:</u> Gustavo .	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
3ª 22/26 setembro	T2. Bases do método Pilates. Análise da postura e do movemento. (2h) <u>Docente:</u> Laura .	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
4ª 29 setembro /3 outubro	Establecemento das normas de elaboración do traballo da materia (1h). <u>Docente:</u> Gustavo .	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
5ª 6/10 outubro Festivo día 12 – domingo, non afecta á programación	T2. Bases do método Pilates. Anatomía e biomecánica aplicada ao método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Laura .	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h)

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
		<u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
6ª 13/17 outubro	T2. Bases do método Pilates. Ferramentas que facilitan o movemento. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
7ª 20/24 outubro	T3. Material empregado no método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
8ª 27/31 outubro Festivo día 1 novembro – sábado, non afecta á programación	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para a progresión dos exercicios. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Clase básica de Pilates para traballar de forma individual ou en pequeno grupo (e repaso). (6h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
9ª 03/07 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para a progresión dos exercicios. Principios para programar unha clase e dirixila. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Consideracións básicas na montaxe das máquinas de Pilates (cadillac, reformer, silla e barril) + Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
10ª 10/14 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para programar unha clase e dirixila. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
11ª 17/21 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Indicacións, precaucións e contraindicacións do método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Laura.	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
12^a 24/28 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Consideracións en relación ás medidas de seguridade a observar ao manexar o material empregado no método Pilates e ao executar os exercicios que o compoñen. (2h) <u>Docente:</u> Laura .	Exame de Pilates con máquinas. (6h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
13^a 1/5 decembro Festivo día 6 – sábado, non afecta á programación		
14^a 08/12 decembro Festivo día 8 - luns		Exposición e defensa dos traballos. (6h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos) e Laura (1 grupo).
15^a 15/19 decembro		
Probas de avaliación do 1º cuadrimestre: do 8 ao 23 de xaneiro de 2026. Data límite de entrega de actas: 6 de febreiro de 2026.		

Son festivos as seguintes datas:

12 de outubro (domingo - non afecta á programación), 1 de novembro (sábado, non afecta á programación) e 6 de decembro (sábado, non afecta á programación).

TRABALLO DA MATERIA

- Hai traballo obrigatorio na materia?: **Si**

- Prazos de entrega (indicación da/das semana/s na/nas que se lle esixirá a entrega parcial/total de dito traballo ao alumnado):

- Entrega parcial 1 (de habela): **10^a semana (14 de novembro)**
- Entrega parcial 2 (de habela):
- Entrega final: **13^a semana (5 de decembro)**

-Datas relevantes da avaliación continua: **exame parcial práctico** (máquinas) o **27 e 28 de novembro**. Ademais, **as entregas relativas ao traballo** da materia (arriba) e a exposición do mesmo (**11 e 12 de decembro**)

Calendario Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Calendario_Academico_UVigo_2025-26_modificado.pdf

Cronograma Universidade de Vigo:

https://www.uvigo.gal/sites/uvigo.gal/files/docs/universidade/institucional/calendario/Cronograma_UVigo_2025-26.pdf