

PROGRAMACIÓN DA DOCENCIA ANUAL DO 3º CURSO DE GRAO EN FISIOTERAPIA – CURSO 2026-27

MATERIA: Pilates aplicado en Fisioterapia.

COORDINADOR/A DA MATERIA: Gustavo Rodríguez Fuentes ([gfuentes@uvigo.gal](mailto:g fuentes@uvigo.gal)).

OUTROS DOCENTES DA MATERIA: Pablo Campo Prieto (pcampo@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 07/13 setembro	Presentación da materia. (1h) <u>Docente:</u> Gustavo.	
2ª 14/20 setembro	T1. Historia do método Pilates. + T2. Bases do método Pilates. Principios básicos do método Pilates. (2h). <u>Docente:</u> Gustavo.	
3ª 21/27 setembro	T2. Bases do método Pilates. Análise da postura e do movemento. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
4ª 28 setembro /4 outubro	T2. Bases do método Pilates. Anatomía e biomecánica aplicada ao método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios pre-Pilates en mat Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
5ª 5/11 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,...). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
6ª 12/18 outubro <i>Festivo día 12- luns</i>	T2. Bases do método Pilates. Ferramentas que facilitan o movemento. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...) + Clase básica de Pilates para traballar de forma individual ou en pequeno grupo (e repaso). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
7ª 19/25 outubro	T3. Material empregado no método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
8ª 26 outubro / 1 novembro <i>Festivo día 1 nov-domingo non afecta programación</i>	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para a progresión dos exercicios. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios de Pilates de nivel básico e intermedio en mat + Apoio e/ou progresión con pequenos implementos (balóns, rulos, bandas elásticas, círculos,...). (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
9ª 02/08 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> Pablo.	Clase básica de Pilates para traballar de forma individual ou en pequeno grupo (e repaso). (4h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
10ª 09 /15 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Principios para programar unha clase e dirixila. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Consideracións básicas na montaxe das máquinas de Pilates (cadillac, reformer, silla e barril) + Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
11ª 16/22 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Indicacións, precaucións e contraindicacións do método Pilates. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
12ª 23/29 novembro	T4. Desenvolvemento do método Pilates en Fisioterapia. Consideracións en relación ás medidas de seguridade a observar ao manexar o material empregado	Exercicios básicos de Pilates con máquinas. (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).

SEMANA	DOCENCIA TEÓRICA (Horas A do POD)	DOCENCIA PRÁCTICA/SEMINARIOS (Horas B do POD)
	no método Pilates e ao executar os exercicios que o compoñen. (2h) <u>Docente:</u> Pablo.	
13ª 30 novembro/6 decembro <i>Festivo día 6 -domingo non afecta programación</i>		Exame de Pilates con máquinas. (4h) <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
14ª 07/13 decembro <i>Festivo día 8- martes</i>		Exposición e defensa dos traballos. (4h). <u>Docente:</u> Gustavo (2 grupos).
15ª 14/20 decembro		
Probas de avaliación do 1º cuadrimestre: do 8 ao 23 de xaneiro de 2026 (excepto materias optativas de terceiro). Data límite de entrega de actas: 6 de febreiro de 2026.		

Son festivos as seguintes datas:

12 de outubro (luns), 1 de novembro (domingo-non afecta programación), 6 de decembro (domingo-non afecta programación) e 8 decembro (martes).

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):
 - o Entrega parcial 1 (de habela): **10ª semana (13 de novembro)**
 - o Entrega parcial 2 (de habela):
 - o Entrega final: **13ª semana (4 de decembro)**
- Datas relevantes da avaliación continua: **exame parcial práctico** (máquinas) o **1 e 3 de decembro**. Ademais, **as entregas relativas ao traballo** da materia (arriba) e a exposición do mesmo (**10 de decembro**)

Calendario e cronograma da Universidade de Vigo:

<https://www.uvigo.gal/es/universidad/informacion-institucional/calendario>