DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA: Fundamentos de los Deportes I
PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (PGR-CAFD)
GRUPO: 2425-S1
CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud
CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Obligatorio
ECTS: 6,0
CURSO: 1º
SEMESTRE: 1º Semestre
IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:
Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL PROFESOR

NOMBRE Y APELLIDOS: URIEL REGUERO RIBERA
EMAIL: ureguero@uemc.es
TELÉFONO: 983 00 10 00
HORARIO DE TUTORÍAS: Lunes a las 13:00 horas

CV DOCENTE:

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Diplomado Magisterio, especialista en Educación Física

Entrenador Superior de Atletismo

*Profesor de Educación Primaria desde 1999 en la asignatura de Educación Física. Profesor del Grado Superior TAFAD (*TÉCNICO EN ANIMACIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS) desde 2012, actualmente con la denominación TESEAS (TÉCNICO SUPERIOR DE ENSEÑANZA Y ANIMACIÓN SOCIODEPORTIVA), *Profesor del Grado Medio TECO*

Profesor de la Universidad Europea Miguel de Cervantes desde el curso académico 2007-2008

CV PROFESIONAL:

Entrenador de clubes de atletismo durante más de 10 años.

Entrenador del Centro de Tecnificación de Atletismo de Castilla y León desde la temporada 2003/2004.

Entrenador de atletas de Alto Nivel, Entrenador en diversos Campeonatos de Europa, del Mundo, y Juegos Olímpicos TOKIO 2021 y colaborador del grupo de trabajo de atletas Olímpicos, Londres 2012

Medalla de Bronce Campeonato del Mundo PC 2017

Medalla de Plata Campeonato de Europa de Campo a Través U23

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

La asignatura aproximará al alumno al conocimiento de los fundamentos de la natación y el atletismo, en sus etapas de iniciación y perfeccionamiento. Para el correcto desarrollo de las prácticas es necesario un nivel mínimo de condición física y, en el caso de la natación, estar familiarizado con el medio acuático y desenvolverse con soltura en el mismo. La asignatura se encuadra dentro del Módulo Manifestaciones de la Motricidad Humana, Materia Fundamentos de los Deportes, con una carga crediticia de 6 ECTS. Para el ámbito

profesional esta asignatura busca dotar a los alumnos de los conocimientos necesarios para conocer y comprender los fundamentos del Atletismo y la Natación y de las competencias necesarias para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a los deportes, con atención a las características individuales de las personas.

CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

1. **Carreras y marcha** : Intoduccion al atletismo. Descripción y desarrollo de las características básicas de las diferentes disciplinas atléticas, velocidad - medio fondo - fondo - vallas y marcha. Estructura de la sesión de entrenamiento en las diferentes pruebas
    1. Carrera : Desarrollo de los fundamentos de la carrera
    2. La marcha aspectos técnicos y lúdicos : Desarrollo de los fundamentos de la marcha aspectos técnicos y lúdicos
    3. Salida de tacos y relevos : Desarrollo de los fundamentos de la Salida de tacos y relevos
    4. Conocimiento de la técnica de vallas y paso del obstáculo : Desarrollo de los fundamentos de Conocimiento de la técnica de vallas y paso del obstáculo
2. **Saltos Verticales y Horizontales** : Descripción y desarrollo de las características básicas de las diferentes disciplinas de salto.
    1. Salto de longitud, Triple salto : Desarrollo de lo fundamentos técnicos Salto de longitud, Triple salto
    2. Salto de Altura -Fosbury : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Salto de Altura -Fosbury
    3. Salto con Pértiga : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Salto con Pértiga
3. **Lanzamientos** : Descripción y desarrollo de las características básicas de las diferentes disciplinas de los lanzamientos.
    1. Lanzamientos de Peso : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Lanzamientos de Peso
    2. Lanzamientos de Martillo : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Lanzamientos de Martillo
    3. Lanzamientos de Jabalina : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Lanzamientos de Jabalina
    4. Lanzamientos de Disco : Desarrollo de lo fundamentos técnicos del Lanzamientos de Disco

RECURSOS DE APRENDIZAJE:

Pista de atletismo, con todo el equipamiento y material necesario para el correcto desarrollo de la asignatura, y aula en la UEMC.

COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

COMPETENCIAS GENERALES:

- CG04. Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo
- CG05. Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional
- CG06. Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE09. Conocer y comprender los fundamentos del deporte
- CE10. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas
- CE13. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales a los diferentes campos de la actividad física y del deporte

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Analizar y comprender la estructura y lógica interna del atletismo y la natación.
- Dominar y aplicar la reglamentación y terminología básica del atletismo y la natación

- Programar una correcta iniciación al atletismo y la natación.
- Analizar y aplicar los fundamentos técnico-tácticos del atletismo y la natación.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Carlos Álvarez del Villar (1994): Atletismo básico : una orientación pedagógica. Gymnos (Madrid). ISBN: 84-8013-011-3
- Valero, Conde (2003): La iniciación al atletismo a través de los juegos : el enfoque ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas. Aljibe (Málaga). ISBN: 84-9700-125-7
- Joan Rius Sant (1995): Metodología del atletismo. Paidotribo (Barcelona). ISBN: 84-8019-022-1

WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripcion

Entrenamiento alto rendimiento(https://altorendimiento.com)
Entrenamiento alto rendimiento

Trabajos y estudios de investigación(https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/efdeportes)
Trabajos y estudios de investigación

Official Indiana University homepage(http://www.indiana.edu)
Official Indiana University homepage

OTRAS FUENTES DE REFERENCIA:

Cuadernos De Atletismo. Real Federación Española De Atletismo, Escuela Nacional De Entrenadores Rfea.

Hegedus, J. (1984). Técnicas Atléticas. Stadium. Buenos Aires

Polischuk, V. (1996). Atletismo. Iniciación Y Perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.

Piasenta, J. (2000). Aprender A Observar: Formación Para La Observación Del Comportamiento Del Deportista. Barcelona: Inde.

Reglamento Atletismo. Iaaf - Rfea 2018

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

Es esencial y el alumno recibe directrices que debe aceptar, en cuanto a información sobre la actividad. Programando la enseñanza y adaptádola al tiempo disponible, dando el valor justo al desarrollo de la memorización.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Favoreciendo la participación de los alumnos y la intervención de éstos a través del diálogo. Proponiendo temas referidos a la técnica y las consideraciones que esta tiene en la mejora atlética.

MÉTODO HEURÍSTICO:

Favoreciendo la participación de los alumnos y la intervención de éstos a través del diálogo. Proponiendo temas referidos a la técnica y las consideraciones que esta tiene en la mejora atlética.

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

Semana 1 Atletismo: Presentación de la asignatura y Bloque I Tema 1 Técnica de carrera - fases y modelos de adaptación. La marcha aspectos técnicos y lúdicos. Salida de tacos y relevos.

Actividades formativas: Clase presencial

Semana 2 Atletismo: Bloque I Conocimiento de la técnica de vallas y paso del obstáculo, Bloque II -- Tema 2 Salto de longitud, Triple salto, Salto de Altura -Fosbury -Salto con Pértiga

Actividades formativas: Clase presencial

Semana 3 Atletismo: Bloque III -- Tema 3 lanzamientos de Peso, de Martillo, de Jabalina y Disco

Actividades formativas: Clase presencial

Semana 4 Atletismo: Tema Técnica de carrera - fases

Actividades formativas: Clase práctica

Semana 5 Atletismo: Tema Técnica de carrera - fases

Actividades formativas: Clase práctica

Semana 6 Atletismo: Tema Técnica paso de vallas y obstáculos - fases, Salida de tacos y relevos - fases

Actividades formativas: Clase práctica, Prueba de ejecución de tareas reales o simuladas. Evaluación

Semana 7 Atletismo: Tema La marcha y Salto de Longitud

Actividades formativas: Clase práctica y Trabajos y proyectos. Presentación de trabajos. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 8 Atletismo: Tema Salto de Triple Salto

Actividades formativas: Clase práctica.

Semana 9 Atletismo: Tema Salto de Altura

Actividades formativas: Clase práctica y Prueba de ejecución de tareas reales o simuladas. Presentación de trabajos.Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 10 Atletismo: Tema Bloque III Lanzamientos

Actividades formativas: Clase práctica y Trabajos y proyectos. Evaluación

Semana 11 Atletismo: Tema Bloque III Lanzamientos

Actividades formativas: Clase práctica

Semana 12 Atletismo: Tema Lanzamientos Peso y Disco

Actividades formativas: Clase práctica

Semana 13 Atletismo: Tema Lanzamientos Martillo y Jabalina

Actividades formativas: Clase práctica y Prueba de ejecución de tareas reales o simuladas. Trabajo en grupo. Evaluación

Semana 14 Atletismo: Tema Iniciación

Actividades formativas: Clase práctica y Trabajos y proyectos. Evaluación

Semana 15 Atletismo: Tema Iniciación y Reglamento

Actividades formativas: Clase práctica

Esta planificación puede verse modificada por causas ajenas a la organización académica primeramente presentada. El profesor informará convenientemente a los alumnos de las nuevas modificaciones puntuales.

Las tutorías individuales podrán ser presenciales o por Teams y podrían verse modificadas en función de los horarios establecidos. *Las tutorías académicas grupales serán presenciales y están fijadas en la semana amarilla de preparación para la convocatoria ordinaria (2 horas) y extraordinaria (2 horas). Desde la Facultad de Ciencias de la Salud se notificarán tanto al profesorado como al alumnado los calendarios de estas tutorías como viene siendo habitual.*

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES Y EVALUACIONES:

PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES:

Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	¿Se evalúa?	CO	CE
Prueba de ejecución de tareas reales o simuladas						X			X				X			X	X	X
Trabajos y proyectos							X			X				X		X	X	X
Técnicas de observación															X	X	X	X

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

La asignatura de Fundamentos de los Deportes I está compuesta por las modalidades de Atletismo y Natación. A pesar de que ambas modalidades se evaluarán separadamente, el alumno recibirá una calificación única en la asignatura, que se corresponderá a la media aritmética de las dos disciplinas deportivas. Para proceder al cálculo de la media aritmética, será requisito imprescindible haber superado ambas disciplinas deportivas. De lo contrario, la calificación de la asignatura será la obtenida en la modalidad deportiva suspensa.

Evaluación en convocatoria ordinaria de la modalidad deportiva **ATLETISMO**

Para superar la asignatura será imprescindible superar con más de un 5 sobre 10, todas las pruebas de evaluación, así como las de las pruebas de evaluación escritas. En caso contrario, la calificación que figurará en el acta será la correspondiente a la prueba suspensa. Las pruebas de evaluación de la convocatoria ordinaria son las siguientes:

1. Prueba de ejecución de tarea simulada (25%). Ejecuciones prácticas de las tareas realizadas en las sesiones Anteriores.
2. Trabajos y proyectos (25%). Se calificará como no superado cualquier trabajo que no siga este guion: Portada, Índice, Introducción, Objetivos, Desarrollo del planteamiento, Valoración, Conclusiones, Bibliografía. Todos los trabajos se deberán entregar en tiempo y forma para ser valorados y evaluados y se subirán a Moodle.
3. Prueba final escrita I tipo test (40 %) sobre todos los contenidos de los temas
4. Técnicas de observación (10%) los alumnos/as deberán realizar una descripción y corrección de las ejecuciones técnicas que vayan realizando sus compañeros. Todas las planillas de observación, que serán realizadas por los alumnos/as se deberán entregar en tiempo y forma para ser valorados y evaluados, su entrega será a través de la plataforma Moodle.

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

En la convocatoria extraordinaria, la asignatura de Fundamentos de los Deportes I está compuesta igualmente por las modalidades de Atletismo y Natación. A pesar de que ambas modalidades se evaluarán separadamente, el alumno recibirá una calificación única en la asignatura, que se corresponderá a la media aritmética de las dos disciplinas deportivas. Para proceder al cálculo de la media aritmética, será requisito imprescindible haber superado ambas disciplinas deportivas. De lo contrario, la calificación de la asignatura será la obtenida en la modalidad deportiva suspensa.

Evaluación en convocatoria extraordinaria de la modalidad deportiva **ATLETISMO**

Los alumnos que hayan superado una o varias partes de la convocatoria ordinaria no tendrán que volver a examinarse de ellas en la convocatoria extraordinaria de ese curso académico. La ponderación de estas pruebas sobre la calificación final de la asignatura, así como la nota obtenida en dichas pruebas, serán las mismas que en la convocatoria ordinaria. La evaluación en convocatoria extraordinaria se conformará como sigue:

1. **Prueba de repuesta corta (40%)**
2. **Prueba final de supuestos prácticos. (20-60%, según partes superadas en convocatoria ordinaria por el alumno).** El alumno debe entergar las pruebas prácticas no superadas en ordinaria con fecha límite la convocatoria extraordinaria fijada por Decanato.
    1. Prueba de ejecución de tarea simulada (20%). Ejecuciones prácticas.
    2. Trabajos y proyectos (20%).Portada, Índice, Introducción, Objetivos, Desarrollo del planteamiento,

Valoración, Conclusiones, Bibliografía. Todos los trabajos se deberán entregar en tiempo y forma para ser valorados y evaluados y se subirán a Moodle.

3. Técnicas de observación (20%) los alumnos/as deberán realizar una descripción y corrección de las ejecuciones técnicas solicitadas, su entrega será a través de la plataforma Moodle.

Al igual que en la evaluación en convocatoria ordinaria, será necesario superar cada una de las pruebas con una calificación de al menos 5 puntos sobre 10. En caso de alcanzar una media ponderada mayor de 5 puntos sobre 10, pero con una de las pruebas suspensas, la calificación final que figurará en el acta será la de la prueba suspensa.

Notas comunes a la evaluación ordinaria y extraordinaria

"La planificación de la evaluación tiene un carácter meramente orientativo y podrá ser modificada a criterio del profesor, en función de circunstancias externas y de la evolucionc del grupo.

"Los sistemas de evaluación descritos en esta GD son sensibles tanto a la evaluación de las competencias como de los contenidos de la asignatura"

"La realización fraudulenta de cualquiera de las pruebas de evaluación, así como la extracción de información de las pruebas de evaluación, será sancionada según lo descrito en el Reglamento 7/2015, de 20 de noviembre, de Régimen Disciplinario de los estudiantes, Arts. 4, 5 y 7 y derivarán en la pérdida de la convocatoria correspondiente, así como en el reflejo de la falta y de su motivo en el expediente académico del alumno.

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Trabajos y proyectos	25%
Pruebas de ejecución de tareas reales y/o simuladas	25%
Técnicas de observación	10%
Pruebas objetivas	40%