

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (PGR-DEPORTE)

ASIGNATURA : Fundamentos de los Deportes: Atletismo (3157)

TIPO DE ASIGNATURA : Práctica

MODALIDAD : Presencial

CURSO ACADÉMICO: 2026-2027

GRUPO: 2627-M1.1

CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Obligatoria (OB)

ECTS: 3,0

CURSO: 1º

TEMPORALIDAD: 1º Semestre

IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:

Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL DOCENTE

NOMBRE Y APELLIDOS: URIEL REGUERO RIBERA

EMAIL: ureguero@uemc.es

TELÉFONO: 983 00 10 00

HORARIO DE TUTORÍAS: Lunes a las 13:00 horas

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES :

- Licenciado CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (Universidad *UNIVERSIDAD EUROPEA MIGUEL DE CERVANTES*)
- Diplomado Magisterio EDUCACIÓN PRIMARIA Especialidad Educación Física. (Universidad *FRAY LUIS DE LEÓN*)

EXPERIENCIA DOCENTE :

- Cuenta con experiencia de Más de 10 años en docencia universitaria en el nivel del Grado (Experiencia docente en colegios en los ciclos de Educación Primaria, Secundaria y Grados superiores de Formación Profesional y nivel Universitario, con más de 26 años, en el área de Educación Física y la Salud.)

EXPERIENCIA PROFESIONAL :

- Tiene experiencia en el ámbito profesional de Más de 10 años en el sector Privado (ENTRENAMIENTO PERSONAL Y DOCENTE)

OTROS DATOS CV :

Experiencia docente, como profesor - tutor y con más de 10 años como profesor en la UEMC.

Título Inglés B2 (Trinity College)

Grado de Magisterio Mención Lingüística (Inglés)

Entrenador Nivel III Nacional de Atletismo. Real Federación Española de Atletismo

Técnico de la Federación de Castilla y León de Atletismo desde 2001 hasta la actualidad

Entrenador de Atletas Internacionales categorías Junior a senior, desde 2004 hasta la actualidad

Colaborador-entrenador de Atletas Olímpicos LONDON2012, TOKIO 2020 y PARIS 2024

Experiencia docente en colegios en los ciclos de Educación Primaria, Secundaria y Grados superiores de Formación

RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

GRANDES COMPETENCIAS :

- GC1 - Competencia para llevar a cabo una intervención educativa con eficiencia en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte.
- GC2 - Competencia para optimizar al máximo la salud y el rendimiento de los deportistas.
- GC4 - Competencia para actuar con fluidez mediante las manifestaciones del movimiento humano

RESULTADOS DE APRENDIZAJE :

El alumno será capaz de:

- HD1.1 - Diseñar, desarrollar, aplicar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y al deporte
- CO2.1 - Conocer e identificar criterios científicos anatómicos, fisiológicos y biomecánicos en el deporte y ejercicio físico.
- HD2.1 - Aplicar los principios fisiológicos, anatómicos y biomecánicos al ejercicio físico con base en la evidencia científica.
- CO4.1 - Conocer y comprender métodos, actividades y recursos para el desarrollo de las habilidades motrices básicas y el juego, de las actividades físico-deportivas, actividades expresivas corporales y danza

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA :

La asignatura "Fundamentos teóricos del atletismo" se encuentra ubicada en el primer semestre de primer curso. La asignatura aproximará al alumno al conocimiento de los fundamentos del atletismo, en sus etapas de iniciación y perfeccionamiento. Para el correcto desarrollo de las prácticas es necesario un nivel mínimo de condición física. Para el ámbito profesional esta asignatura busca dotar a los alumnos de los conocimientos necesarios para conocer y comprender los fundamentos del atletismo y de las competencias necesarias para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a este deporte, con atención a las características individuales de las personas. Esto puede incluir aspectos biomecánicos, fisiológicos y psicológicos relacionados con el rendimiento en el atletismo, temas como la mecánica de la carrera, la técnica de saltos y lanzamientos, la Fisiología del Ejercicio en la carrera de resistencia, etc.

CONTENIDOS MÍNIMOS :

Introducción al atletismo desde la posición recreativa, hasta el rendimiento

Definición, descripción técnica y metodología del aprendizaje de la marcha atlética, las carreras de velocidad, de fondo y medio fondo, de vallas, de los saltos, los lanzamientos

Estructura de la sesión de entrenamiento en las diferentes pruebas y aspectos particulares en la iniciación atlética

RECURSOS DE APRENDIZAJE :

- **Recursos didácticos:** Recursos multimedia
- **Recursos tecnológicos :** Software especializado, Análisis de la carrera

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

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

TIPO DE ASIGNATURA :

Práctica

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

Es esencial y el alumno recibe directrices que debe aceptar, en cuanto a información sobre la actividad. Programando la enseñanza y adaptándola 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.

ACTIVIDADES FORMATIVAS :

- Clases teóricas
- Clases prácticas
- Evaluación

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 teórica. Trabajo autónomo del alumno

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 teórica

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

Actividades formativas: Clase teórica. Trabajo autónomo del alumno

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. Actividades académicas complementarias

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. Actividades académicas complementarias

Semana 10 Atletismo: Tema Bloque III Lanzamientos

Actividades formativas: Clase práctica y Trabajos y proyectos. Trabajo autónomo del alumno. 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 autónomo del alumno. Trabajo en grupo.

Semana 14 Atletismo: Tema Iniciación

Actividades formativas: Clase práctica y Trabajos y proyectos.

Semana 15 Atletismo: Tema Iniciación y Reglamento. Evaluación.

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	EF	¿Se evalúa en CO?	Sistema evaluación	¿Se mantiene en CE?	Convocatoria extraordinaria
Técnicas de observación							X			X					X		X	Técnicas de observación:30%		
Ejecución de prácticas							X			X					X		X	Ejecución de prácticas:30%		
Examen tipo test															X		X	Pruebas escritas:40%		

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA ORDINARIA:

Fundamentos de los Deportes: Atletismo

Para proceder al cálculo de la media aritmética, será requisito imprescindible haber superado todas las pruebas de evaluación con al menos 5 sobre 10. 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 final escrita I tipo test (40 %) sobre todos los contenidos de los temas
2. Técnicas de observación (30%) 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.
3. Ejecución de prácticas. Cuaderno informatizado, con valoraciones (30%) 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. No se recogerá ninguna tarea envía al correo electrónico.

CONSIDERACIONES DE LA EVALUACIÓN EN LA CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

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 final escrita tipo test (40%)
2. Prueba final de supuestos prácticos (60%, según partes superadas en convocatoria ordinaria por el alumno). El alumno debe entregar las pruebas prácticas no superadas en ordinaria con fecha límite la convocatoria extraordinaria fijada por Decanato.
 1. Trabajos y proyectos. 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.
 2. Técnicas de observación. 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 evolución 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:

Tipo de asignatura	Pruebas escritas	Pruebas orales	Ejecución práctica	Técnicas de observación
Práctica	40 %	0 %	30 %	30 %