

Guía docente / *Course Syllabus*

2018-19

1. Descripción de la Asignatura / *Course Description*

Asignatura <i>Course</i>	APLICACIÓN ESPECÍFICA DEPORTIVA: ATLETISMO
Códigos <i>Code</i>	601032
Facultad <i>Faculty</i>	Facultad de Ciencias del Deporte
Grados donde se imparte <i>Degrees it is part of</i>	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Módulo al que pertenece <i>Module it belongs to</i>	Optatividad
Materia a la que pertenece <i>Subject it belongs to</i>	Optativas
Departamento responsable <i>Department</i>	Deporte e Informática
Curso <i>Year</i>	3º
Semestre <i>Term</i>	2º
Créditos totales <i>Total credits</i>	6
Carácter <i>Type of course</i>	Optativa
Idioma de impartición <i>Course language</i>	Español
Modelo de docencia <i>Teaching model</i>	C1

Clases presenciales del modelo de docencia C1 para cada estudiante: 23 horas de enseñanzas básicas (EB), 22 horas de enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD) y 0 horas de actividades dirigidas (AD). Hasta un 10% de la enseñanza presencial puede sustituirse por docencia a distancia (también presencial, pero posiblemente asincrónica), de acuerdo con la programación de la Asignatura publicada antes del comienzo del curso.

Number of classroom teaching hours of C1 teaching model for each student: 23 hours of general teaching (background), 22 hours of theory-into-practice (practical group tutoring and skill development) and 0 hours of guided academic activities. Up to 10% of face-to-face sessions can be substituted by online teaching, in accordance with the course schedule published before it begins.

2. Responsable de la Asignatura / *Course Coordinator*

Nombre <i>Name</i>	Sara Olmos Palma
Departamento <i>Department</i>	Deporte e Informática
Área de conocimiento <i>Field of knowledge</i>	Educación Física y Deportiva
Categoría <i>Category</i>	Profesora Asociada Lou
Número de despacho <i>Office number</i>	11.1.32
Teléfono <i>Phone</i>	
Página web <i>Webpage</i>	
Correo electrónico <i>E-mail</i>	solmpal@upo.es

3. Ubicación en el plan formativo / *Academic Context*

Breve descripción de la asignatura <i>Course description</i>	Esta asignatura, por su carácter de optativa, tiene como objetivo profundizar en la disciplina del Atletismo, permitiendo a los estudiantes un cierto grado de especialización, dentro del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, o de otros Grados y, por tanto, generar currículos específicos según los intereses personales, y competencias que el estudiante debe ganar.
Objetivos (en términos de resultados del aprendizaje) <i>Learning objectives</i>	Como objetivo principal nos planteamos la profundización y desarrollo metodológico de los conocimientos, técnicas y tácticas de este deporte, así como su aplicación en el ámbito de la alta competición, la planificación del entrenamiento y la selección de talentos deportivos.
Prerrequisitos <i>Prerequisites</i>	No existe ningún requisito formal previo para cursar la asignatura
Recomendaciones <i>Recommendations</i>	Seria conveniente haber aprobado las asignaturas de Fundamentos de los Deportes I.
Aportaciones al plan formativo <i>Contributions to the educational plan</i>	Atletismo, debe contribuir de forma decisiva a la consecución de algunas competencias específicas necesarias del perfil profesional de Entrenador Deportivo en Atletismo y el de Docente en Educación Física, pues un bloque específico de contenidos es el de los Deportes. También, aunque de forma indirecta, contribuye a la ganancia de competencias necesarias para desarrollar el perfil profesional en Actividad Física y Salud.

4. Competencias / *Skills*

Competencias básicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura <i>Basic skills of the Degree that are developed in this Course</i>	CB1 - Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la
--	---

	<p>vanguardia de su campo de estudio</p> <p>CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética</p> <p>CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado</p>
<p>Competencias generales de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura</p> <p><i>General skills of the Degree that are developed in this Course</i></p>	<p>CG1 - Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.</p> <p>CG2 - Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.</p> <p>CG3 - Conocer y comprender los factores fisiológicos y biomecánicos que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.</p> <p>CG4 - Conocer y comprender los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y el deporte.</p> <p>CG5 - Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y función del cuerpo humano.</p> <p>CG8 - Conocer y comprender la estructura y función de las diferentes manifestaciones de la motricidad humana.</p> <p>CG9 - Conocer y comprender los fundamentos del deporte.</p> <p>CG12 - Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.</p>
<p>Competencias transversales de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura</p> <p><i>Transversal skills of the Degree that are developed in this Course</i></p>	<p>CT1 - Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en lengua inglesa y en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico.</p> <p>CT3 - Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.</p> <p>CT4 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo.</p> <p>CT5 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.</p>
<p>Competencias específicas de la Titulación que se desarrollan en la Asignatura</p> <p><i>Specific competences of the Degree that are developed in the Course</i></p>	<p>CE3 - Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.</p> <p>CE4 - Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.</p> <p>CE7 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas.</p> <p>CE9 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.</p>
<p>Competencias particulares de la asignatura, no incluidas en la memoria del título</p> <p><i>Specific skills of the Course, not included in the Degree's skills</i></p>	<p>A. Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. [SEP]</p> <p>B. Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.</p> <p>C. Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.</p>

5. Contenidos de la Asignatura: temario / Course Content: Topics

PARTE I	LAS CARRERAS Y LA MARCHA
TEMA 1	REPASO DE LOS CONCEPTOS BÁSICOS, FUNDAMENTOS Y TÉCNICA. PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LAS CARRERAS Y LA MARCHA.
TEMA 2	LAS CARRERAS DE VELOCIDAD. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.
TEMA 3	CARRERAS DE MEDIO FONDO Y FONDO
TEMA 4	CARRERAS CON VALLAS. EL ENTRENAMIENTO DE 110, 100 Y 400 METROS VALLAS.
TEMA 5	LA MARCHA ATLÉTICA. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.
PARTE II	LOS SALTOS
TEMA 6	REPASO DE LOS CONCEPTOS BÁSICOS, FUNDAMENTOS Y TÉCNICA. PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LOS SALTOS HORIZONTALES Y VERTICALES
TEMA 7	SALTOS VERTICALES: ALTURA Y PÉRTIGA. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
TEMA 8	SALTOS HORIZONTALES: LONGITUD Y TRIPLE. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
PARTE III	LOS LANZAMIENTOS
TEMA 9	REPASO DE LOS CONCEPTOS BÁSICOS, FUNDAMENTOS Y TÉCNICA. PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LOS LANZAMIENTOS.
TEMA 10	LANZAMIENTOS PESADOS: PESO Y MARTILLO. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
TEMA 11	LANZAMIENTO LIGEROS: JABALINA Y DISCO. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO.

6. Metodología y recursos / *Methodology and Resources*

Metodología general <i>Methodology</i>	Clases magistrales y, especialmente, clases expositiva-participativas. Fundamentalmente, estas clases reunirán las características de una clase expositiva- participativa, la cual puede ser asimilada a una clase magistral pero con la participación activa del alumno.
Enseñanzas básicas (EB) <i>General teaching</i>	El desarrollo expositivo de la información reunirá estos requisitos: uso de organizadores previos o información general, uso de cuadros sinópticos, realización de preguntas temáticas previas a la exposición, hacer repasos y conexiones con temas anteriores, familiarización con los conceptos nuevos, presentación de los objetivos a conseguir con el tema. Se procurará que el alumno llegue a las definiciones y conceptos a través de la vía del “descubrimiento”, se establecerán debates o discusiones breves al hilo de la exposición y se harán aclaraciones de manera permanente volviendo a los contenidos ya expuestos con anterioridad para conseguir una mayor integración y globalización de los contenidos. En algunos casos los alumnos tendrán en su poder el material que se va a tratar en clase antes de que éste se exponga, lo cual consideramos un potente recurso didáctico para que el alumno se formule cuestiones previas y aumente su motivación y atención en clase. Entendemos que a través de las clases participativas se profundizan y consolidan las exposiciones teóricas, especialmente aquellas con un alto nivel de abstracción y, en consecuencia, se contribuye a obtener los objetivos del tema.

Enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD)
Theory-into-practice

La realización de prácticas constituye una parte esencial, debido a la orientación a habilidades y competencias profesionales que se asume en el Plan de Estudios. En las clases prácticas se aplicará la información presentada en las clases teóricas y en éstas se reflexiona sobre los aprendizajes realizados en las prácticas, de manera que los criterios aportados por la fundamentación teórica orientan la acción en la práctica, y la experiencia adquirida en la práctica matiza, algunos de los criterios aprendidos en la teoría. Por tanto, en ambas situaciones de aprendizaje se obtiene, analiza, interpreta, sintetiza y contrasta información, completándose los conocimientos mutuamente tratando de establecer un puente entre la teoría y la práctica. En la mayoría de los casos, el tema objeto de práctica se habrá tratado previamente en las clases teóricas, pero también es posible que la práctica se adelante a la explicación teórica. Si se une la experiencia vivida en la práctica a las orientaciones que da el profesor sobre la aplicabilidad y las consecuencias de toda la casuística que se da en las distintas situaciones estudiadas, el alumno puede terminar con una orientación bastante completa sobre lo que podría hacer cuando se encuentre ante una situación real.

Cada práctica tendrá sus objetivos propios, que estarán de acuerdo con el contenido concreto que se vaya a trabajar en la práctica. El profesor hará la presentación de la práctica y del material que se vaya a utilizar, describiendo sus características básicas y las aplicaciones que pueda tener. En algún caso se podrá entregar un material escrito que contenga la fundamentación teórica de la práctica, las actividades a realizar en clase y las actividades que deberá realizar el alumno con los datos que se deriven de la práctica, que en algunos casos se convierten en trabajos que deben entregar para evaluar. Esta actividad es de las más fructíferas que pueda realizar un alumno en una enseñanza de tipo universitario. Este tipo de actividad permite, en muchos casos por primera vez en la vida escolar y profesional de los alumnos, comprobar que efectivamente, lo que se explica teóricamente y lo que dicen algunas publicaciones científicas es cierto o puede que haya que entenderlo con matices, porque según las circunstancias, por ejemplo, las características de los sujetos, los efectos son muy diferentes a los que se podría esperar. Este tipo de actividad da lugar a una rica relación profesor-alumno, cuando se entabla el debate sobre los resultados y las interpretaciones. El alumno se da cuenta de que la realidad no es exactamente igual a la teoría y que se hace necesario ser crítico y saber analizar los protocolos de investigación y las teorías vigentes. Esta actividad también cubre la función de lo que se denomina “seminarios”. Ante un tema ya trabajado, como es el caso del “proyecto de investigación”. En estas circunstancias es cuando se puede profundizar en el tema, porque todos lo han trabajado anteriormente. También es una buena oportunidad para que los alumnos “trabajen en equipo”. Este trabajo en grupo no sólo es inevitable, sino que se fomenta, aunque cada alumno “debe equivocarse” por su cuenta al redactar de manera autónoma el trabajo.

Actividades académicas dirigidas (AD)
Guided academic activities

No tiene

<p>Primera convocatoria ordinaria (convocatoria de curso) <i>First session</i></p>	<p>El 70% de la calificación procede de la evaluación continua. El 30% de la calificación procede del examen o prueba final.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.^[1]_[SEP] - Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. - Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía. - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza – aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.^[1]_[SEP] - Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles. - Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.^[1]_[SEP] - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.
<p>Segunda convocatoria ordinaria (convocatoria de recuperación) <i>Second session (to re-sit the exam)</i></p>	<p>Debido al elevado grado de experimentalidad de la asignatura, la segunda convocatoria se evalúa del mismo modo que la primera.</p>
<p>Convocatoria extraordinaria de noviembre <i>Extraordinary November session</i></p>	<p>Se activa a petición del alumno siempre y cuando éste esté matriculado en todas las asignaturas que le resten para finalizar sus estudios de grado, tal y como establece la Normativa de Progreso y Permanencia de la Universidad.</p> <p>Se evaluará del total de los conocimientos y competencias que figuren en la guía docente del curso anterior, mediante el sistema de prueba única.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza – aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.^[1]_[SEP] - Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles. - Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.^[1]_[SEP] - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.
<p>Criterios de evaluación de las enseñanzas básicas (EB) <i>General teaching assessment criteria</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: - Conocer la forma de diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza–aprendizaje de las técnicas del atletismo con atención a las características individuales y contextuales de las personas.^[1]_[SEP]</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conocer cómo planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles. - Saber sobre los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas para la enseñanza y el entrenamiento del atletismo. <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): Tiene que saber:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sobre conocimientos de los principios fisiológicos y biomecánicos de las distintas técnicas atléticas. - Sobre Planificación, desarrollo y control del proceso de

	<p>entrenamiento en sus distintos niveles.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sobre conocimiento de las distintas formas de control del entrenamiento de las distintas disciplinas atlética. <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): Tiene que saber:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sobre conocimientos de los principios fisiológicos y biomecánicas de las distintas técnicas atléticas. - Sobre Planificación, desarrollo y control del proceso de entrenamiento en sus distintos niveles. - Sobre conocimiento de las distintas formas de control del entrenamiento de las distintas disciplinas atlética.
<p>Criterios de evaluación de las enseñanzas prácticas y de desarrollo (EPD) <i>Theory-into-practice assessment criteria</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza – aprendizaje, relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.^[1]</p> <ul style="list-style-type: none"> -Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento específico de las técnicas atléticas. -Saber seleccionar y utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en la enseñanza y entrenamiento del atletismo <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): Tiene que poder llevar a cabo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación, desarrollo y control del proceso de entrenamiento de cada atleta en cada disciplina atlética en función de los principios fisiológicos y biomecánicas de la disciplina atlética. - Diseño procesos de enseñanza y aprendizaje de las distintas técnicas atléticas. - Una selección y utilización del material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en la enseñanza y entrenamiento del atletismo. <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): Tiene que poder llevar a cabo:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Planificación, desarrollo y control del proceso de entrenamiento de cada atleta en cada disciplina atlética en función de los principios fisiológicos y biomecánicas de la disciplina atlética. - Diseño procesos de enseñanza y aprendizaje de las distintas técnicas atléticas. - Una selección y utilización del material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad en la enseñanza y entrenamiento del atletismo.
<p>Criterios de evaluación de las actividades académicas dirigidas (AD) <i>Criteria of assessment of guided academic activities</i></p>	<p>Durante la evaluación continua: No tiene</p> <p>Durante el examen o prueba final (1ª convocatoria): No tiene</p> <p>Durante el examen o prueba final (2ª convocatoria): No tiene</p>
<p>Puntuaciones mínimas necesarias para aprobar la Asignatura <i>Minimum passing grade</i></p>	<p>1ª convocatoria: Para la superación de la asignatura se exige una calificación mínima de 5 puntos, tanto en la evaluación continua de la parte práctica y teórica.</p> <p>2ª convocatoria: Para la superación de la asignatura se exige una calificación mínima de 5 puntos, tanto en la evaluación continua de la parte práctica y teórica.</p>
<p>Material permitido <i>Materials allowed</i></p>	<p>Bolígrafo.</p> <p>Es obligatorio acudir con el dni.</p>
<p>Identificación en los exámenes <i>Identification during exams</i></p>	<p>En cualquier momento de la realización de una prueba de evaluación los profesores podrán requerir la acreditación de la identidad de cualquier estudiante, mediante la exhibición de su</p>

	carnet de estudiante, documento nacional de identidad, pasaporte u otro documento válido a juicio del examinador. Si no lo hiciese, el estudiante podrá continuar la prueba, que será calificada solo si la documentación es presentada en el plazo que el examinador establezca.
Observaciones adicionales <i>Additional remarks</i>	

Los estudiantes inmersos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, así como los afectados por razones laborales, de salud graves o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, tendrán derecho a que en la convocatoria de curso se les evalúe mediante un sistema de evaluación de prueba única. Para ello, deberán comunicar la circunstancia al profesor responsable de la asignatura antes del fin del periodo docencia presencial.

Students enrolled in a mobility program or a program for high-level athletes, as well as students affected by work or serious health problems or reasons of force majeure duly accredited, will have the right to be evaluated during the first session through a single test evaluation system. To do this, they must report changes in their circumstances to the program coordinator before the end of the teaching period.

8. Bibliografía / Bibliography

Atletismo	<ul style="list-style-type: none"> • Pascua, M; Gil, F; y Marín J. (2005) “Atletismo 1 : Velocidad, Vallas y Marcha”, <i>RFEA</i> • Bravo, J; Ruf , H; y Vélez, M. (2005) “Atletismo 2: Saltos verticales”, <i>RFEA</i> • Bravo, J; Campos, J; Durán, J; y Martínez, JL; (2005) “Atletismo 3: Lanzamientos”, <i>RFEA</i> • García-Verdugo, M; y Landa, JL. (2005) “Atletismo 4: Medio Fondo y Fondo”, <i>RFEA</i> • Cometti, G. (2007) “El entrenamiento de la velocidad”, <i>Paidotribo</i> • García Manso, JM.; Navarro, F.; Legido, J y Vitoria, M. (2007) “La resistencia desde la óptica de las ciencias aplicadas al entrenamiento deportivo”, <i>Grada Sport Books</i> • García-Verdugo, M; y Landa, L; (2005) “Mediofondo y fondo.”, <i>RFEA</i> • García-Verdugo, M. (2007) “La resistencia”, <i>Paidotribo</i> • González Badillo, JJ.; Gorostiaga, E (2002) “Fundamentos del entrenamiento de la fuerza: aplicación al alto rendimiento”, <i>INDE</i>
-----------	---