



DATOS IDENTIFICATIVOS

Fundamentos dos deportes individuais

Materia	Fundamentos dos deportes individuais			
Código	P02G050V01304			
Titulación	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descritores	Creditos ECTS	Sinale	Curso	Cuadrimestre
	9	OB	2	1c
Lingua de impartición				
Departamento	Didácticas especiais			
Coordinador/a	Martinez Patiño, María Jose Cancela Carral, José María			
Profesorado	Cancela Carral, José María Martinez Patiño, María Jose			
Correo-e	chemacc@uvigo.es mjpatino@uvigo.es			
Web				
Descrición xeral				

Competencias de titulación

Código	
B7	Coñecemento e comprensión dos fundamentos, estruturas e funcións das habilidades e patróns da motricidade humana
B10	Coñecemento e comprensión dos fundamentos do deporte
B12	Aplicación das tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte
B13	Hábitos de excelencia e calidade no exercicio profesional
B14	Utilización da información científica básica aplicada á actividade física e ao deporte nas súas diferentes manifestacións
B15	Capacidade para deseñar, desenvolver e avaliar os procesos de ensino-aprendizaxe relativos á actividade física e do deporte, con atención ás características individuais e contextuais das persoas
B18	Capacidade para aplicar os principios fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais, aos diferentes campos da actividade física e o deporte
B20	Capacidade para identificar os riscos que se derivan para a saúde da práctica de actividades físicas inadecuadas
B23	Capacidade para seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade
B24	Actuación dentro dos principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional
B25	Habilidade de liderado, capacidade de relación interpersoal e traballo en equipo
B26	Adaptación a novas situacións, á resolución de problemas e á aprendizaxe autónoma

Competencias de materia

Resultados previstos na materia	Resultados de Formación e Aprendizaxe
---------------------------------	---------------------------------------

(*)	Conocer y comprender los fundamentos del deporte del Atletismo y Natación	B7
	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad a desarrollar en el Atletismo y Natación	B10 B12
	Aplicar en la práctica de los conocimientos adquiridos sobre la enseñanza del Atletismo y Natación	B13 B14
	Adquirir actitudes didácticas y pedagógicas adaptadas a la metodología de la enseñanza del Atletismo y Natación	B15 B18
	Ser capaz de realizar programaciones de actividades del Atletismo y Natación	B20
	Localizar la información necesaria en las fuentes bibliográficas específicas y generales relacionadas con el Atletismo y Natación	B23 B24
	Conocer y utilizar con precisión la terminología específica propia de nuestro ámbito en los deportes de atletismo y natación	B25
	Analizar de forma crítica las exposiciones de diversos autores o teorías.	B26

Contidos

Tema

(*)

(*)

(*)Parte I: ATLETISMO I

(*)

UD. I: Las carreras: Presentación de la asignatura. Conceptos básicos de la evolución histórica de las carreras, las salidas de tacos y de pie, los relevos y las vallas. Conceptos básicos de las reglas principales aplicables a la iniciación de las carreras, las salidas de tacos y de pie, los relevos y las vallas. Bases estructurales fundamentales de la técnica de carrera, de la técnica de la salida de tacos y de pie, de la técnica y estrategia del cambio del testigo y de la técnica del paso de la valla. Principios generales y específicos de la observación sistemática de la técnica de carrera, de la técnica de la salida de tacos y de pie, de la técnica y estrategia del cambio del testigo y de la técnica del paso de la valla. Sesiones prácticas de cada una de las técnicas que componen la UD.

UD. II: Los saltos: Conceptos básicos de la evolución histórica del salto de longitud, del triple salto, del salto de altura y del salto con pértiga. Conceptos básicos de las reglas principales aplicables a la iniciación del salto de longitud, del triple salto, del salto de altura y del salto con pértiga. Bases estructurales fundamentales de la técnica del salto de longitud, de la técnica del triple salto, de la técnica del salto de altura y de la técnica del salto con pértiga. Principios generales y específicos de la observación sistemática de la técnica del salto de longitud, de la técnica del triple salto, de la técnica del salto de altura y de la técnica del salto con pértiga. Sesiones prácticas de cada una de las técnicas que componen la UD.

UD. III: Los lanzamientos: Conceptos básicos de la evolución histórica del lanzamiento de peso, del lanzamiento de disco, del lanzamiento de jabalina y del lanzamiento de martillo. Conceptos básicos de las reglas principales aplicables a la iniciación del lanzamiento de peso, del lanzamiento de disco, del lanzamiento de jabalina y del lanzamiento de martillo. Bases estructurales fundamentales de la técnica del lanzamiento de peso, de la técnica del lanzamiento de disco, de la técnica del lanzamiento de jabalina y de la técnica del lanzamiento de martillo. Principios generales y específicos de la observación sistemática de la técnica del lanzamiento de peso, de la técnica del lanzamiento de disco, de la técnica del lanzamiento de jabalina y de la técnica del lanzamiento de martillo. Sesiones prácticas de cada una de las técnicas que componen la UD.

UD. IV: Las pruebas combinadas: Conceptos básicos de la evolución histórica de las pruebas combinadas. Conceptos básicos de las reglas principales aplicables a la iniciación de las pruebas combinadas. Conceptos básicos de jugando al atletismo. Estructuración de las prácticas. Sesiones prácticas de jugando al atletismo.

Parte II: NATACIÓN I

UD. I: Planteamientos de las actividades acuáticas: Presentación de la asignatura con una introducción a los diferentes tipos de actividades que se desarrollan en la actualidad en el ámbito de la actividad acuática y de los factores que inciden en la elección de los diferentes planteamientos.

UD. II: Metodología del proceso de enseñanza de la natación. Tendencias actuales en la enseñanza de la natación. Aplicación de los estilos de enseñanza, análisis de las variables y condicionantes que inciden en la elaboración de un programa de actividades acuáticas desde el punto de vista didáctico.

UD. III: Etapa de adaptación al medio acuático. Conocer los procesos básicos de iniciación y familiarización con el medio acuático. Conocer los mecanismos de ejecución, variables y procesos en la enseñanza de la respiración. Conocer los factores que influyen en los mecanismos de flotación, propulsión y resistencia así como en los procesos de enseñanza de los mismos.

UD. IV: Etapa de dominio del medio acuático. Presentación de las habilidades y destrezas básicas aplicadas al ámbito de la natación: conceptos y procesos de aprendizaje.

UD. V: Descripción básica de las técnicas de natación. Introducción histórica de la evolución a lo largo del tiempo de la técnica de los cuatro estilos: crol, espalda, braza y mariposa. Descripción y análisis de las bases estructurales de cada uno de los estilos: posición del cuerpo, trayectorias básicas de los brazos, acción de piernas, respiración y coordinación completa de los movimientos. Descripción y conocimiento de las técnicas de salidas y virajes de cada uno de los estilos de nado y pruebas de estilo individual.

Planificación

	Horas na aula	Horas fóra da aula	Horas totais
Sesión maxistral	22	44	66
Actividades introductorias	2	2	4
Prácticas de laboratorio	52	104	156

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

Metodoloxía docente

Descrición

Sesión maxistral (*)El profesor expondrá los contenidos de la materia aclarando las dudas de los alumnos.

Actividades introductorias(*)El profesor expondrá los aspectos básicos de la materia

Prácticas de laboratorio (*)Se desarrollarán los conceptos prácticos sobre los deportes individuales de natación y atletismo

Atención personalizada

Avaliación

	Descripción	Cualificación
Sesión maxistral	(*)En el bloque temático de ATLETISMO, se evaluará con un examen de preguntas a desarrollar/tipo test o preguntas cortas (50%) de la nota final.	50
Prácticas de laboratorio	(*)En el bloque temático de ATLETISMO, Se evalúa en esta metodología las prácticas de la asignatura que serán supervisadas en un examen práctico de todas o alguna de las prácticas realizadas. Se evaluará con el 50% de la nota final. En esta nota final se tendrán en cuenta las exposiciones prácticas realizadas en las clases a lo largo del curso.	50

Outros comentarios sobre a Avaliación

Bibliografía. Fontes de información

Recomendacións
