

DATOS IDENTIFICATIVOS				
Fundamentos de los deportes individuales				
Asignatura	Fundamentos de los deportes individuales			
Código	P02G050V01304			
Titulacion	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			
Descriptores	Creditos ECTS	Seleccione	Curso	Cuatrimestre
	9	OB	2	1c
Lengua Impartición	Castellano			
Departamento	Didácticas especiales			
Coordinador/a	Touriño González, Carlos Francisco Martínez Patiño, María José Zarzosa Alonso, Fernando			
Profesorado	Martínez Patiño, María José Touriño González, Carlos Francisco Zarzosa Alonso, Fernando			
Correo-e	fzarzosa@uvigo.es tourinog@gmail.com mjpatino@uvigo.es			
Web				
Descripción general	Analisis del proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación y atletismo			

Competencias	
Código	
B10	Conocimiento y comprensión de los fundamentos del deporte.
B12	Aplicación de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
B13	Hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.
B14	Manejo de la información científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en sus diferentes manifestaciones.
B20	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.
B23	Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad.
B24	Actuación dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.
B25	Habilidad de liderazgo, capacidad de relación interpersonal y trabajo en equipo.
B26	Adaptación a nuevas situaciones, la resolución de problemas y el aprendizaje autónomo.
C1	Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
C2	Capacidad para promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre la población escolar
C3	Capacidad para aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, en la propuesta de tareas en los procesos de enseñanza-aprendizaje a través de la actividad física y el deporte
C4	Capacidad para identificar los riesgos que se derivan para la salud de los escolares debido a la práctica de actividades físicas inadecuadas

Resultados de aprendizaje	
Resultados previstos en la materia	Resultados de Formación y Aprendizaje

Aplicar en la práctica de los conocimientos adquiridos sobre la enseñanza del Atletismo y Natación	B10 B12 B23 B24	C1 C2 C3
Adquirir actitudes didácticas y pedagógicas adaptadas a la metodología de la enseñanza del Atletismo y Natación	B12 B20 B25 B26	C2
Ser capaz de realizar programaciones de actividades del Atletismo y Natación	B14 B20	C1 C2 C3 C4
Localizar la información necesaria en las fuentes bibliográficas específicas y generales relacionadas con el Atletismo y Natación	B10 B14 B24	C4
Conocer y utilizar con precisión la terminología específica propia de nuestro ámbito en los deportes de atletismo y natación	B10 B14 B25	C1 C3
Analizar de forma crítica las exposiciones de diversos autores o teorías.	B13 B24 B25 B26	C3

Contenidos

Tema

Bloque Temático 1. Fundamentación teórica de la natación y el atletismo.

Bloque Temático 2. Fundamentos técnico-tácticos y didácticos de la natación y el atletismo.

Bloque Temático 3. Estructura formal y funcional de la natación y el atletismo.

Bloque Temático 4. El proceso de iniciación deportiva de la natación y el atletismo.

Los cuatro bloques temáticos tienen su desarrollo en 9 Unidades didácticas.

Atletismo:

UD. I: Las carreras: Presentación de la materia. 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 de la 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 de la 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.

Natación:

UD. I: Planteamientos de las actividades acuáticas:
Presentación de la materia 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 nos 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. Etapa de dominio

UD. V: Descripción básica de las técnicas de *natación.
Introducción histórica de la evolución a lo largo del tiempo de la técnica del cuatro estilos: crol, costas, 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 giros de cada uno de los estilos de nacido y pruebas de estilo individual.

Planificación

	Horas en clase	Horas fuera de clase	Horas totales
Lección magistral	27	0	27
Resolución de problemas	1	1	2
Seminario	2	4	6
Trabajo tutelado	2	4	6
Prácticas de laboratorio	40	80	120
Examen de preguntas objetivas	2	0	2
Informe de prácticas	1	1	2

*Los datos que aparecen en la tabla de planificación son de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de alumnado

Metodologías

	Descripción
Lección magistral	Exposición oral con apoyo audiovisual de los contenidos de la materia objecto de estudio, bases teóricas y/o directrices del trabajo, ejercicio o proyecto a desarrollar por el estudiante.
Resolución de problemas	El profesor expondrá los aspectos básicos de la materia
Seminario	Asistencia a actividades formativas fuera de la uvigo, para analizar el funcionamiento de programas acuáticos
Trabajo tutelado	Desarrollo de trabajo en grupo sobre la tematica de la asignatura y tutorizados por el docente.
Prácticas de laboratorio	Se desarrollarán los conceptos prácticos sobre los deportes individuales de natación y atletismo

Atención personalizada

Metodologías	Descripción
Trabajo tutelado	El alumno recibirá atención individualizada en el horario de tutorías establecido a tal fin durante el presente curso académico. Para la consulta de su horario de tutorias y lugar de las mismas se deberá consultar la web de la Facultad de Ciencias de la Educación y del deporte. (http://fcced.uvigo.es/gl/)

Evaluación

	Descripción	Calificación	Resultados de Formación y Aprendizaje	
Lección magistral	En el bloque temático de ATLETISMO, se evaluará con un exámen de preguntas a desarrollar/tipo test o preguntas cortas (25%) de la nota final.	25	B10 B13 B14 B23	C1 C2 C3
Trabajo tutelado	En el bloque de NATACIÓN se desarrollarán trabajos propuestos por el docente en los cuáles el alumno mediante el trabajo en grupo tendrá que analizar los puntos que se determinen en el temario. Si la planificación lo permite estos trabajos se expondrán y defenderan en clase.	25	B10 B12 B14 B23 B26	C1 C4
Prácticas de laboratorio	En el bloque temático de ATLETISMO, Se evalua en esta metodología las prácticas de la asignatura que serán supervisadas en un exámen 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 y la participación activa en las clases prácticas a lo largo del curso. En el bloque de NATACIÓN la evaluación sera apto/no apto	25	B10 B12 B14 B20 B24 B25 B26	C2
Examen de preguntas objetivas	El bloque temático de NATACIÓN será evaluado con un examen de preguntas para desarrollar / cuestiones de múltiple elección o de respuesta corta.	25	B10 B12 B20 B24 B25 B26	C2 C3 C4

Otros comentarios sobre la Evaluación

Será necesario superar ambos bloques /natación y atletismo para superar la materia.

Fuentes de información

Bibliografía Básica

Cancela Carral, José Mª; Lorenzo Blanco, Ricardo; Camiña Fernández, Francisco; Pariente Baglietto,, **Tratado de Natación. De la iniciación al perfeccionamiento (Vol1)**, 1ª, Paidotribo, 2008

Federación Española de Natación, **Reglamento de natación**, 1ª, Federación Española de Natación, 2005
Rius, J., **Metodología y Técnicas del Atletismo**, 1ª, Paidotribo, 1997
Arufe, V.; Martinez-Patiño, M.J. (eds), **Tratado de Atletismo en el Siglo XXI (Vol I-II-III)**, 1ª, ACUGA, 2005

Bibliografía Complementaria

Cancela Carral, José Mª; Ramirez Farto, Emerson, **La iniciación deportiva: La natación**, 1ª, Wanceulen, 2003
Cancela Carral, José Mª; Lorenzo Blanco, Ricardo; Camiña Fernández, Francisco; Pariente Baglietto,, **Tratado de Natación. De perfeccionamiento al Alto rendimineto (Vol2)**, 1ª, Paidotribo, 2008
Franco, Pedro; Navarro, Fernando, **Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades. Ed. Hispano-Europea**, 1ª, Hispano-Europea, 1980
Hubiche, J.L. Pradet, M, **Comprender el Atletismo**, 1ª, Inde, 1999
Campos Granell, J.; Gallach, J., **Técnicas de Atletismo. Manual práctico de enseñanza.**, 1ª, Ed. Paidotribo, 2004
García, J; Durán, A.; Sainz, A.;, **Jugando al atletismo**, 1ª, Real Federación Española de Atletismo, 2004
Hornillos, I., **Atletismo**, 1ª, Ed. Inde, 2000
www.sportprotube.com,

Recomendaciones

Asignaturas que continúan el temario

Especialización en deportes individuales/P02G050V01907

Otros comentarios

Ninguno