



GUÍA DOCENTE CURSO: 2017-18

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

Asignatura:	Deportes Individuales I: Atletismo y Natación		
Código de asignatura:	69122206	Plan:	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Plan 2012)
Año académico:	2017-18	Ciclo formativo:	Grado
Curso de la Titulación:	2	Tipo:	Obligatoria
Duración:	Primer Cuatrimestre		

DISTRIBUCIÓN HORARIA DE LA ASIGNATURA SEGÚN NORMATIVA

Créditos:	6
Horas totales de la asignatura:	150
UTILIZACIÓN DE LA PLATAFORMA VIRTUAL:	Apoyo a la docencia

DATOS DEL PROFESORADO

Nombre	Orta Cantón, Antonio		
Departamento	Dpto. de Educación		
Edificio	Edificio Científico Técnico III Matemáticas e Informática (CITE III) BAJA		
Despacho	30		
Teléfono	+34 950 015334	E-mail (institucional)	aoc907@ual.es@ual.es
Recursos Web personales	Web de Orta Cantón, Antonio		
Nombre	Profesor/a pendiente de contratación o asignación		
Departamento			
Edificio			
Despacho			
Teléfono		E-mail (institucional)	
Recursos Web personales	Web de Profesor/a pendiente de contratación o asignación		

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por	Universidad De Almeria		Fecha	19/09/2017
ID. FIRMA	blade39adm.ual.es	Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==	PÁGINA	1/6



Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==

ELEMENTOS DE INTERÉS PARA EL APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

Justificación de los contenidos

Esta asignatura pretende ofrecer al alumnado una visión global del proceso de enseñanza-aprendizaje del Atletismo y la Natación. Es una asignatura con un enfoque principalmente práctico (procedimental) que pretende abordar, de manera generalista, las habilidades específicas que caracterizan ambas disciplinas, sin olvidar los contenidos declarativos básicos que definen a ambos deportes (técnicas-tácticas-estrategias, reglamentos, modelos de enseñanza, etc.)

Materia con la que se relaciona en el Plan de Estudios

- Habilidades motrices y juegos motores.
- Fundamentos básicos del deporte y la iniciación deportiva.

Conocimientos necesarios para abordar la Asignatura

No son necesarios conocimientos específicos antes de abordar la presente asignatura.

Requisitos previos recogidos en la memoria de la Titulación

No se presentan.

COMPETENCIAS

Competencias Generales

Competencias Transversales de la Universidad de Almería

- Competencia social y ciudadanía global
- Conocimientos básicos de la profesión
- Capacidad para resolver problemas
- Comunicación oral y escrita en la propia lengua
- Habilidad en el uso de las TIC
- Capacidad de crítica y autocrítica
- Trabajo en equipo
- Compromiso ético
- Capacidad para aprender a trabajar de forma autónoma

Competencias Básicas

- Comprender y poseer conocimientos
- Aplicación de conocimientos
- Capacidad de emitir juicios
- Capacidad de comunicar y aptitud social
- Habilidad para el aprendizaje

Competencias Específicas desarrolladas

- Diseñar y dirigir tareas progresivas para el aprendizaje de las habilidades específicas deportivas en diferentes ámbitos de práctica (recreativo, educativo, iniciación deportiva, etc)
- Familiarización con las habilidades específicas de ambas disciplinas
- Capacidad de análisis suficiente para detectar los errores básicos en la ejecución de las habilidades específicas e identificar las causas posibles

OBJETIVOS/RESULTADOS DEL APRENDIZAJE

1. Adquirir de un conocimiento teórico y práctico de la organización y fundamentos del Atletismo y la Natación.
2. Conocer su origen y evolución.
3. Aplicar y conocer el reglamento de juego así como su estructura interna.
4. Conocer los elementos técnicos que forman parte de cada especialidad o modelo técnico.
5. Adquirir conocimientos necesarios para aplicar la metodología de enseñanza de los diferentes aspectos, técnicos y físicos.
6. Adquirir conocimientos necesarios para aplicar la metodología de enseñanza en diferentes situaciones (docente, entrenamiento...).
7. Dotar a los alumnos de los instrumentos didácticos, vivencias prácticas y conocimientos teóricos suficientes para que se pueda utilizar el Atletismo y la Natación como medio de educación física.
8. Conocimiento de la natación básica, sus fundamentos y su aplicación.
9. Descubrir las posibilidades del medio acuático como elemento deportivo, utilitario y educativo.
10. Conocer los procesos de enseñanza y aprendizaje en natación, bajo un punto de vista utilitario y de iniciación deportiva.
11. Conocer otras posibilidades de movimiento en el medio acuático como elemento de desarrollo de otras especialidades deportivas.
12. Conocer los modelos técnicos de cada especialidad atlética y su justificación teórica.
13. Capacitar al alumno para transferir los conocimientos de las habilidades motrices inherentes en el
14. Atletismo para potenciar cualquier actividad física o deportiva.
15. Dar un sentido pedagógico y educativo al atletismo y no la búsqueda de un rendimiento deportivo.
16. Tener capacidad para reconocer los errores técnicos más importantes, y aplicar las estrategias adecuadas para su corrección.
17. Ser capaces de ejecutar correctamente determinadas habilidades básicas relacionadas con las diversas especialidades.

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por

Universidad De Almería

Fecha

19/09/2017

ID. FIRMA

blade39adm.ual.es

Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==

PÁGINA

2/6



Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por	Universidad De Almeria	Fecha	19/09/2017
ID. FIRMA	blade39adm.ual.es	PÁGINA	3/6
			
Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==			

PLANIFICACIÓN	
Temario	
<p>ATLETISMO</p> <p>Tema 1. Historia. Orígenes y evolución de las especialidades atléticas. 1.1. Las especialidades atléticas y el recinto deportivo. 1.2. Evolución de los materiales. 1.3. Evolución de las carreras, los saltos, los lanzamientos y las pruebas combinadas</p> <p>Tema 2. Modelos y contextos de enseñanz-aprendizaje. Metodología Campra. 2.1. Modelo tradicional vs. modelos comprensivos 2.2. El modelo ludotécnico 2.3. Taxonomías didácticas para la enseñanza y patrones eficinetes de movimiento. 2.4. Metodología Campra de las Técnicas Atléticas.</p> <p>Tema 3. Ejercicios fundamentales para el aprendizaje de las técnicas atléticas. 3.1. Ejercicios de regulación de la tensión-relajación muscular 3.2. Ejercicios de aplicación para la carrera, los saltos y los lanzamientos</p> <p>Tema 4. Las carreras y la marcha. 4.1. Técnica. Elementos comunes y diferencias. 4.2. Metodología de enseñanza. Ejercicios de asimilación y aplicación. 4.3. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 5. La Salida y las carreras de relevos. 5.1. Diferentes tipos de salidas (de pie, a tres apoyos, de tacos ...) 5.2. Las pruebas de relevos oficiales y no oficiales. Tipos de cambio. 5.3. Metodología de enseñanza 5.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 6. Las carreras de vallas y los obstáculos 6.1. Fundamentos técnicos 6.2. Tipos de carreras con obstáculos 6.3. Metodología de enseñanza 6.4. Aspectos técnicos.</p> <p>Tema 8. Los saltos: salto de longitud y triple salto 8.1. Principios comunes a los saltos 8.2. Fundamentos técnicos 8.3. Metodología de enseñanza 8.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 9. Los saltos: salto de altura y salto con pértiga. 9.1. Fundamentos técnicos 9.2. Metodología de enseñanza 9.3. Aspectos reglamentarios.</p> <p>Tema 10. Lanzamientos: lanzamiento de peso. 10.1. Principios comunes 10.2. Fundamentos técnicos 10.3. Metodología de enseñanza 10.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 11. Lanzamiento de jabalina 11.1. Principios comunes 11.2. Fundamentos técnicos 11.3. Metodología de enseñanza 11.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 12. Lanzamiento de disco 12.1. Principios comunes 12.2. Fundamentos técnicos 12.3. Metodología de enseñanza 12.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 13. Lanzamiento de martillo 13.1. Principios comunes 13.2. Fundamentos técnicos 13.3. Metodología de enseñanza 13.4. Aspectos reglamentarios</p> <p>Tema 14. Las Pruebas Combinadas y las competiciones adaptadas 14.1 Estructura de las pruebas combinadas 14.2 "Jugando al atletismo", atletismo en la escuela.</p>	
<p>NATACIÓN</p> <p>Tema 1. La natación y sus especialidades 1.1. Enfoques y aplicaciones de las actividades acuáticas 1.2. Breve resumen histórico 1.2. Dimensión educativa de la natación</p> <p>Tema 2. Contenidos de la natación 2.1. Característica diferencial de la actividad física en el agua (la flotación, la resistencia, la piscina, el material auxiliar) 2.2. La natación y sus especialidades deportivas (natación, waterpolo, natación sincronizada, los saltos)</p> <p>Tema 3. Enseñanza elemental de la natación para el objetivo "UTILITARIO". 3.1. Primera etapa: Aprender a nadar. La supervivencia en el agua 3.2. Segunda etapa: habilidades acuáticas, el dominio del medio</p> <p>Tema 4. Consideraciones didácticas. 4.1. Aspectos metodológicos del proceso de enseñanza-aprendizaje en las diferentes etapas.</p> <p>Tema 5. Tercera etapa: La iniciación deportiva. 5.1. El estilo "Crol" 5.2. El estilo "Espalda". 5.3. El estilo "Braza". 5.4. El estilo "Mariposa". 5.5. Salidas y virajes. 5.6. Inicación al Waterpolo y a los saltos. 5.7. Consideraciones didácticas y metodológicas en esta etapa.</p> <p>Tema 6. Principios generales en primeros auxilios. 6.1. RCP y SVB 6.2. Principios del salvamento acuático</p>	
Metodología y Actividades Formativas	
Aprendizaje basado en problemas, clase magistral participativa; búsqueda, consulta y tratamiento de información, debate y puesta en común, exposición de grupos de trabajo, proyecciones audiovisuales, sesión de evaluación, realización de ejercicios, trabajo de campo, trabajo en equipo, proyectos	
Actividades de Innovación Docente	

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por	Universidad De Almería	Fecha	19/09/2017
ID. FIRMA	blade39adm.ual.es	PÁGINA	4/6
			
Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==			

PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN DE LAS COMPETENCIAS

Criterios e Instrumentos de Evaluación

- Implicación del alumno en la asignatura, asistencia, participación e interés (10%)
 - Autoevaluación final del estudiante: comprensión de los conceptos e ideas principales de los diferentes bloques temáticos (40%)
 - Resolución comprensiva de problemas y supuestos prácticos (10%). OPCION 1
 - Asistencia a prácticas de formación en clubes deportivos locales (10%) OPCIÓN2
 - Valoración final de trabajo y proyectos en grupo (40%)
-
- **EVALUACIÓN OPTATIVA:** Se podrán desarrollar sesiones prácticas relacionadas con los contenidos impartidos en la asignatura en colaboración con el Servicio de Deportes o realizar actividades o cursos del programa del Servicio de Deportes 2017/18 integrado dentro del trabajo autónomo del alumnado. Estas actividades se concretarán de acuerdo con el alumnado al inicio de la asignatura y serán subidas al aula virtual (10%). OPCIONAL

Mecanismos de seguimiento

- Asistencia a tutorías
- Asistencia y participación en seminarios
- Alta y acceso al aula virtual
- Participación en herramientas de comunicación (foros de debate, correos)
- Entrega de actividades en clase
- Entrega de actividades en tutorías
- Entrega de actividades en aula virtual

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por	Universidad De Almeria	Fecha	19/09/2017
ID. FIRMA	blade39adm.ual.es	PÁGINA	5/6
			
Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==			

BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía recomendada

Básica

- Adela de Castro Mangas. El atletismo en la escuela a través de la educación física. Nociones básicas y 40 ejercicios prácticos. Narcea. 2016.
- Alfonso Valero Valenzuela, Alberto Gómez Mármol. Fundamentos del atletismo. Claves para su enseñanza. Pila Teleña. 2014.
- Jim Noble y Alan Cregeen. Natación para niños. Tutor. 2010.
- Joan Rius Sant. Metodología y técnicas de atletismo. Paidotribo. 2005.

Complementaria

- Alfonso Valero Valenzuela. Sesiones de atletismo. Carreras. Claves para su enseñanza. Pila Teleña. 2015.
- Jose María Cancela Carral, Sonia Periente Baclietto. Tratado de natación de la iniciación al perfeccionamiento. Paidotribo. 2008.

Otra Bibliografía

Bibliografía existente en el Sistema de Información de la Biblioteca de la UAL

Puede ver la bibliografía existente en la actualidad en el Sistema de Gestión de Biblioteca consultando en la siguiente dirección:

<http://almirez.ual.es/search/e?SEARCH=DEPORTES INDIVIDUALES I: ATLETISMO Y NATACION>

DIRECCIONES WEB

- www.rfen.es
Real Federación Española de Natación.
- <http://www.fan.es/>
Federación Andaluza de Natación
- www.rfea.es
Real Federación Española de Atletismo
- <http://www.fedatletismoandaluz.net/>
Federación Andaluza de Atletismo
- <http://g-se.com/es/entrenamiento-en-natacion/blog>
G-SE /Blog Natación
- <http://www.entrenamientos-natacion.com/>
Crea entrenamientos y ejercicios para natación

Puede verificar la autenticidad, validez e integridad de este documento en la dirección:
<https://verificarfirma.ual.es/verificarfirma/code/Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==>

Firmado Por

Universidad De Almeria

Fecha

19/09/2017

ID. FIRMA

blade39adm.ual.es

Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==

PÁGINA

6/6



Vlj4X56n3bpj0XaYGwi/ow==