

PROYECTO DOCENTE

ATLETISMO II: FUNDAMENTOS AVANZADOS Y SU ENTRENAMIENTO

Curso: 2023/24

DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA

Titulación:	DOBLE GRADO EN FISIOTERAPIA + CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
Año Plan de Estudios:	2729
Curso de Implantación:	2020/21
Centro Responsable:	Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología y Facultad de Ciencias de la Educación
Nombre Asignatura:	Atletismo II: Fundamentos Avanzados y su Entrenamiento
Código:	5530035
Tipología:	OPTATIVA
Curso:	CUARTO
Periodo de Impartición:	PRIMER CUATRIMESTRE
Créditos ECTS:	6
Horas Totales:	150
Área/s:	DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN CORPORAL, EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA
Departamento/s:	EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE

PROFESORADO

PRADAS GARCÍA, MARCOS

marcospg@euosuna.org

Tutoría: viernes - 9-11

OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

OBJETIVOS

El profesor guiará al estudiante para:

1. Adquirir conocimiento teórico de los sistemas de entrenamiento atlético y profundizar en los elementos técnicos del mismo.
2. Desarrollar conocimientos avanzados para el estudio y análisis de la técnica atlética y su entrenamiento.
3. Comprender y conocer los sistemas de competición que existen en el atletismo de base y en alta competición.
4. Adquirir el conocimiento necesario para la observación de situaciones técnicas y correctivas de las diferentes disciplinas atléticas.

Pág 2

5. Aplicar los conocimientos de planificación y dirección de entrenamiento a través de supuestos prácticos o competiciones reales.
6. Experimentar los elementos técnicos y de entrenamiento atlético más importantes en
7. El atletismo de alto nivel.
8. Experimentar situaciones de dirección de entrenamiento reales para comparar y reflexionar sobre la metodología más adecuada.
9. Planificar y programar actividades de enseñanza-aprendizaje.
10. Conocer los recursos informáticos aplicados al entrenamiento del atletismo.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

1. Abordar la actividad física y el deporte desde una perspectiva científica y educativa, aplicando medios y métodos innovadores en los diferentes contextos en los que el/la profesional pueda ejercer su labor.
2. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza aprendizaje relativos a la educación física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
3. Conocer los fundamentos teórico-prácticos de las actividades físicas, deportivas y recreativas para aplicarlos al contexto educativo o a cualquier otro ámbito profesional.
4. Promover y desarrollar, a través de la educación física, la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre los

diferentes sectores de la población.

5. Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles y ámbitos.

6. Hacer un uso apropiado del espacio, material y equipamiento deportivo y adaptarlos convenientemente a cada actividad o circunstancia.

7. Emplear la educación física y el deporte como medios en la formación en valores, tanto en el contexto educativo como en cualquier otro en el que el/la profesional pueda ejercer su labor.

COMPETENCIAS GENÉRICAS:

1. INSTRUMENTALES:

a. Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para ejercicio de la profesión.

Pág 3

b. Conocer y utilizar los recursos informáticos y las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC) de aplicación al cuerpo de conocimientos específico.

c. Identificar, investigar y solucionar problemas derivados del ejercicio de la profesión desarrollando mecanismos óptimos de toma de decisión.

2. INTERPERSONALES:

a. Adquirir y desarrollar habilidades sociales que faciliten el trabajo en equipos de carácter interdisciplinar.

b. B3. Aplicar un razonamiento crítico y asumir y reflexionar sobre las críticas efectuadas hacia el propio ejercicio de la profesión.

3. SISTÉMICAS:

a. Potenciar un aprendizaje autónomo que favorezca la adaptación a nuevas situaciones profesionales, personales y sociales.

CONTENIDOS O BLOQUES TEMÁTICOS

CONTENIDOS O BLOQUES TEMÁTICOS

Bloque 1: Pruebas de carreras y su entrenamiento: técnica avanzada.

Bloque 2: Pruebas de saltos y su entrenamiento: técnica avanzada.

RELACIÓN DETALLADA Y ORDENACIÓN TEMPORAL DE LOS CONTENIDOS

Bloque 1: Pruebas de carreras y su entrenamiento: técnica avanzada.

Tema 1: Las carreras de velocidad.

Descripción técnica bajo el punto de vista de la Biomecánica.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

Tema 2: Las carreras de vallas.

Descripción técnica bajo el punto de vista de la Biomecánica.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

Tema 3: Las carreras de medio fondo/fondo.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

Bloque 2: Pruebas de saltos y su entrenamiento: técnica avanzada.

Tema 1: Salto de Longitud y triple salto

Descripción técnica bajo el punto de vista de la Biomecánica.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

Tema 2: Salto de altura.

Descripción técnica bajo el punto de vista de la Biomecánica.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

Tema 3: Salto con pértiga.

Descripción técnica bajo el punto de vista de la Biomecánica.

Entrenamiento de las cualidades físicas.

Análisis de planes de entrenamiento y extracción de sus componentes.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Clases Teóricas :30 horas

Clases Prácticas: 30 horas

SISTEMAS Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

a) Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas

https://euosuna.org/images/archivos/estudios/NORMATIVA_REGULADORA_EVALUACION.pdf

b) Criterios de Evaluación Generales:

SISTEMA DE EVALUACIÓN

La evaluación del alumnado se realizará de manera formativa y continua, a través de una serie de proyectos, tareas, cuestionarios, tests, bien grupales y/o individuales que deberá entregar el alumnado en tiempo y forma.

En todas las opciones, para superar la asignatura es preciso obtener al menos un 50% del valor máximo en cada una de las partes. En todo el proceso de evaluación se seguirá lo dispuesto en el Título III, Capítulo 4º del Reglamento General de Actividades Docentes de la Universidad de Sevilla, así como en la Normativa Reguladora de la Evaluación y calificación de las Asignaturas, aprobada por el Consejo de Gobierno en su sesión de 29 de septiembre de 2009.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

OPCIÓN A (Aprobado por curso)

Los proyectos y actividades de evaluación que se entregan durante el curso tienen un peso del 70% de la calificación correspondiente a los créditos teóricos, así como la asistencia y aprovechamiento de las prácticas tiene un peso del 30% correspondiente a los créditos prácticos.

OPCIÓN A

La calificación obtenida en la asignatura tendrá un peso de un 70% teórico y un 30% práctico. La nota teórica está formada por la del examen teórico (30%) (formado por preguntas tipo test, en la que cada 4 preguntas mal se restará una bien, y preguntas teórico-prácticas de respuesta abierta), y por la realización escrita de un trabajo en grupo (20%) y posterior exposición de forma individual (20%). La nota práctica estará formada por la realización escrita y entrega final de un diario de prácticas (20%) y la realización de una sesión del deporte (escrita y puesta en práctica) (10%). Es

obligatorio la asistencia mínima a un 80% de las sesiones prácticas de la asignatura. Ambos apartados (práctico y teórico) han de superar el 40% de su puntuación para poder aprobar la asignatura.

c) Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales

OPCIÓN B (Evaluación final sumativa):

Todo el alumnado que no pueda participar en la dinámica y seguimiento de la asignatura mediante evaluación continua (opción A), hacer entrega de las actividades en tiempo y forma, o no cumpla con el requisito de asistencia a las clases prácticas, podrá optar por una evaluación (Opción B) de la asignatura en las convocatorias oficiales que fije la facultad, a través de un examen escrito, que versará tanto de los créditos teóricos como de los créditos prácticos. Este examen equivaldrá al 100% de la calificación de la asignatura. El examen estará compuesto por preguntas tipo test (cada 3 preguntas mal se resta 1 bien), y preguntas teóricoprácticas de respuesta abierta. En esta prueba se contemplará la figura del estudiante con necesidades académicas especiales (al que se le realizarán, dentro de dicha prueba, las adaptaciones pertinentes), que incluye las situaciones personales de grave dificultad o discapacidad, los casos de embarazo y la compaginación de estudios con la actividad laboral.

COMPROMISO ÉTICO

Entre otros principios, en ambos tipos de evaluación (Opción A y Opción B) el estudiante deberá tener en cuenta que serán hechos sancionables con una calificación de 0 puntos en la prueba o instrumento de evaluación afectado, los siguientes: usar materiales no permitidos en pruebas de evaluación, el falseamiento de las referencias utilizadas, la suplantación de la identidad en las pruebas de evaluación, o el uso parcial o total de material que no sea original e inédito. Según el Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua, se entiende por plagio la copia "en lo sustancial obras ajenas, dándolas como propias". Esto implica que en la elaboración de trabajos académicos se debe citar a los autores/as de cuyas obras obtenemos información (por ejemplo siguiendo la normativa APA), y por ende, no se pueden utilizar frases, párrafos u obras completas de otros/as autores/as sin citarlos adecuadamente (material original), de la misma forma que no se permite la reutilización de material propio desarrollado durante el curso de la titulación

(material inédito). Se restará calificación por faltas ortográficas, aspectos formales y gramaticales (más de 3 faltas de ortografía supondrá obtener una calificación de suspenso). Para aprobar la asignatura es necesario aprobar cada uno de los elementos de la evaluación. En todo el proceso de evaluación se seguirá lo dispuesto en el Título III, Capítulo 4º del Reglamento General de Actividades Docentes de la Universidad de Sevilla, aprobado por el Consejo de Gobierno en su sesión de 20 de mayo de 2011; así como en la Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas, aprobada por el Consejo de Gobierno en su sesión de 18 de marzo de 2010

METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA – APRENDIZAJE

Clases teóricas

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

Prácticas de campo

Pág 4

El profesor, mediante la adaptación y aplicación de técnicas, bien centradas en la interacción y el debate, bien centradas en la tarea, facilitará la consecución de objetivos y competencias.

HORARIOS DEL GRUPO DEL PROYECTO DOCENTE

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-553>

CALENDARIO DE EXÁMENES

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-553>

TRIBUNALES ESPECÍFICOS DE EVALUACIÓN Y APELACIÓN

Pendiente de Aprobación

BIBLIOGRAFÍA RECOMENDADA

Bibliografía General:

Conocer el atletismo: historia, técnica y práctica de un deporte con tradición. Autores:

Mansilla, Ignacio Edición: 1994. Publicación: Gymnos. ISBN: 9781461469551

Manual básico de atletismo: lanzamientos. Autores: Jesús Patricio Durán Piqueras.

Edición: 2000. Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551.

Metodología y técnicas del atletismo. Autores: Joan Rius Sant ; colaboradores, José

María Padullés Riu Edición: 2005. Publicación: Paidotribo. ISBN: 9781461469551.

Las técnicas de atletismo: manual práctico de enseñanza. Autores: José Campos

Granell, José Enrique Gallach Lazcorreta. Edición: 2003. Publicación: RFEA. ISBN:

9781461469551

Tratado de atletismo. Autores: Manuel Vinuesa Lope, Jaime Coll Benejam. Edición:

1997. Publicación: Esteban Sanz. ISBN: 9781461469551

Atletismo juvenil y junior: alto rendimiento. Autores: VV.AA. Edición: 2000.

Publicación: ENE. RFEA. ISBN: 9781461469551

Bibliografía Especifica:

Revista: AEFA: la revue de l'Association des Entraîneurs Français d'Athlétisme.

Autores: VV.AA. Edición: 1999. Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551.

Revista: Atletica studi / Federazione Italiana di Atletica Leggera (FIDAL) Autores:

VV.AA Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551

Revista: Coach and athletic director Jefferson City : Scholastic. Autores: VV.AA

Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551

Revista: Modern athlete and coach Queensland (Australia) : Australian Track & Field

Coaches Associat Autores: VV.AA Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN:

9781461469551 Revista: New studies in Athletics / IAAF Aachen (Alemania) : Meyer

und Meyer. Autores: VV.AA Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551

Revista: Track coach Mountain View (Estados Unidos) : Track & Field News Autores:

VV.AA Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551

Atletismo femenino : alto rendimiento : 1998, año internacional de la mujer atleta.

Autores: VV.AA Edición: 1999 Publicación: RFEA ISBN: 9781461469551

Fisioterapia y entrenamiento atlético. Autores: Daniel D. Arnheim ; con la colaboración de Marcia K. Anderson ; Edición: 1994 Publicación: Mosby/Doyma Libros ISBN: 9781461469551 Atletismo iniciación : preparación, bases científicas del entrenamiento de jóvenes atletas y control Autores: VV.AA. Edición: 1995 Publicación: ENE. RFEA. ISBN: 9781461469551.

Información Adicional:

<http://www.iaaf.org/>

<http://www.rfea.es/> http://nacactfca.org/Main_Frame.htm

International Journal of Sports Physiology and Performance

Journal of Human Sport and Exercise:

<http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/884>

<https://www.brianmac.co.uk/coaches/hurdles.htm>

INFORMACIÓN ADICIONAL

PÁGINAS PERSONALES DE AUTORES DE PRESTIGIO

- »» Veronique Billat.
- »» Len Kravitz Ph. D.
- »» Frank Speaking
- »» David Costill
- »» Nelio Moura