



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 | Castelán | | | |
| Departamento | Didácticas especiais | | | |
| Coordinador/a | Cancela Carral, José María Martinez Patiño, Maria Jose | | | |
| Profesorado | Cancela Carral, José María Martinez Patiño, Maria Jose | | | |
| Correo-e | chemacc@uvigo.es mjpatino@uvigo.es | | | |
| Web | http://webs.uvigo.es/chemacc/ | | | |
| Descrición xeral | (*)Análisis del proceso de enseñanza-aprendizaje de la natación y atletismo 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 |
|---------------------------------|---------------------------------------|

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

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 | 30 | 30 | 60 |
| Actividades introductorias | 2 | 3 | 5 |
| Saídas de estudo/prácticas de campo | 3 | 6 | 9 |
| Traballos tutelados | 5 | 10 | 15 |
| Prácticas de laboratorio | 45 | 90 | 135 |
| Probas de tipo test | 1 | 0 | 1 |

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

Metodoloxía docente

| | Descrición |
|-------------------------------------|--|
| Sesión maxistral | Exposición oral con apoio audiovisual dos contidos da materia objeto de estudo, bases teóricas e/ou directrices do traballo, exercicio ou proxecto a desenvolver polo estudante. |
| Actividades introdutorias | O profesor expoñerá os aspectos básicos da materia |
| Saídas de estudo/prácticas de campo | Asistencia a actividades formativas fora da uvigo, para analizar o funcionamento de programas acuáticos |
| Traballos tutelados | Desenvolvemento de traballo en grupo sobre a *temática da * asignatura e *tutorizados polo docente. |
| Prácticas de laboratorio | Desenvolveranse os conceptos prácticos sobre os deportes individuais de *natación e *atletismo |

Atención personalizada

| Metodoloxías | Descrición |
|---------------------|--|
| Traballos tutelados | O alumno recibirá atención individualizada no horario de titorías establecido a tal fin durante o presente curso académico. Para a consulta do seu horario de titorías e lugar das mesmas deberase consultar a web da Facultade de Ciencias da Educación e do deporte. (webs.uvigo.es/feduc) |

Avaliación

| | Descrición | Cualificación |
|--------------------------|---|---------------|
| Sesión maxistral | 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 |
| Traballos tutelados | Trabajos propuestos por el docente en los cuales en alumno en grupo debera analizar los puntos que se le indiquen. Si la planificación lo permite estos trabajos se expondrán y defendeeran en clase | 30 |
| 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 en las clases a lo largo del curso. En el bloque de natación la evaluación sera apto/no apto | 25 |
| Probas de tipo test | Natación: Proba tipo de test de 4 opcións e dunha resposta válida. cada 4 mal restasen 1 ben | 20 |

Outros comentarios sobre a Avaliación

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

Bibliografía. Fontes de información

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL del BLOQUE TEMÁTICO DE ATLETISMO

Bravo Ducal, J. (2008). [Atenas 1896 Atenas 2004, más de un siglo de atletismo olímpico]. Madrid: Ed. Real Federación Española de Atletismo.

Campos Granell, J. y ENRIQUE GALLACH, J. (2004). "Técnicas de atletismo. Manuel práctico de enseñanza". Barcelona: Ed. Paidotribo.

García, J., Durán, y Sainz, A. (2004). [Jugando al atletismo]. Madrid: Ed. Real Federación Española de Atletismo.

Hornillos, I. (2000). [Atletismo]. Barcelona: Ed. Inde.

Seners, P. (2000). [Didáctica del Atletismo]. Barcelona: Ed. Inde.

Valero, A. y Conde, J. L. (2003). [La iniciación al atletismo a través de los juegos] (El enfoque ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas). Málaga: Ed. Aljibe.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Piasenta, J. (2000). [Aprender a Observar: Formación para la observación del comportamiento del deportista]. Barcelona: Ed. Inde.

Parte II: NATACIÓN I

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL DEL BLOQUE TEMÁTICO DE NATACIÓN

Chollet, D (2003). Natación deportiva : enfoque científico : bases biomecánicas, técnicas y psicológicas : aprendizaje, evaluación y corrección de las técnicas de natación Barcelona: Ed.Inde.

Federación Española de Natación (2005) Reglamento de natación Madrid. Ed. Federación Española de Natación.

Franco. P.: Navarro, F. (1980) Natación. Habilidades acuáticas para todas las edades. Ed. Hispano-Europea. Barcelona

Maglischo, E.W. (1995) Nadar más rápido : tratado completo de natación. Barcelona Ed. Hispano Europea

Martín, O. (1993) Juegos y recreación deportiva en el agua Madrid: Ed. Gymnos.

Moreno Murcia, J. A. (1998) Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas Ed. INDE. Barcelona

Navarro, F, (1990) Hacia el dominio de la natación Madrid: Ed. Gymnos.

Navarro, F. (1995) Iniciación a la natación manuales para la enseñanza. Ed. Gymnos. Madrid

Noble, J. (2001) Natación para niños: juegos y actividades Ed.: Tutor, D.L. Madrid.

Pansu, Claudie. (2002) El agua y el niño : un espacio de libertad, unas relaciones privilegiadas. Ed. INDE.Barcelona.

Schmitt,P.(2000) Nadar: del descubrimiento al alto nivel: un enfoque innovador en la enseñanza de la natación. Ed. Hispano Europea. Barcelona.

Katz, J. (2000) Ejercicios en el agua para todos. Ed: Tutor, D.L. Madrid

Noble, J. (2001) Natación para niños: juegos y actividades Ed.: Tutor, D.L. Madrid

Recomendacións
