

FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

Datos de la asignatura	
Nombre completo	Fundamentos de los Deportes Individuales y su Didáctica (II)
Código	E000008277
Título	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Impartido en	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte [Tercer Curso]
Cuatrimestre	Anual
Créditos	6,0 ECTS
Carácter	Obligatoria (Grado)
Departamento / Área	Centro de Enseñanza Superior Alberta Giménez (CESAG)
Responsable	Dra. María Teresa García Gutiérrez
Horario de tutorías	Solicitar por correo electrónico.

Datos del profesorado	
Profesor	
Nombre	María Teresa García Gutiérrez
Departamento / Área	Departamento de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Despacho	mtgarcia@cesag.org Despacho 1
Correo electrónico	mtgarcia@cesag.comillas.edu

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
Aportación al perfil profesional de la titulación
<p>Fundamentos de los Deportes Individuales y su Didáctica (II) es una asignatura anual de formación obligatoria con una carga lectiva de 6 créditos.</p> <p>Esta asignatura pretende dotar a los estudiantes de las competencias y capacidades necesarias para poder identificar y analizar las habilidades en los deportes individuales. Además, pretende desarrollar los conocimientos y prácticas necesarias para que el alumno adquiera las competencias y capacidades necesarias básicas para llevar a cabo planificaciones para la práctica del atletismo (carrera, salto y lanzamientos) y deportes individuales como parte de la formación del Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.</p>

Prerequisitos

Son necesarios conocimientos de anatomía, fisiología, desarrollo y control motor, bases educativas, fundamentos de iniciación deportiva, biomecánica y metodología de la investigación.

Competencias - Objetivos

Competencias

GENERALES

CG06	Capacidad para el trabajo en equipo y el establecimiento de las relaciones interpersonales en su trabajo en el área de la Actividad Física y Deportiva.	
	RA1	Colabora con otras personas en el reparto y realización de tareas en trabajos académicos teóricos y prácticos
	RA2	Cumple los plazos de entrega fijados en el grupo de trabajo.
	RA3	Soluciona conflictos y dificultades interpersonales en el proceso de trabajo grupal.
	RA4	Realiza el trabajo de forma coordinada en un equipo multidisciplinar
CG08	Capacidad para aprender a tomar decisiones de forma autónoma y fundamentada sobre problemas profesionales del ámbito de la Actividad Física y Deportiva.	
	RA2	Busca y encuentra recursos adecuados para sostener sus actuaciones y realizar sus trabajos
	RA4	Muestra cierta creatividad en las síntesis y conclusiones de sus trabajos.
CG11	Capacidad para desarrollar su profesión con rigor y calidad en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	
	RA2	Busca información objetiva y fundamentada antes de tomar opinión sobre los sucesos.

ESPECÍFICAS

CE06	Conocer y comprender los fundamentos del deporte.	
	RA1	Comprende y distingue las posibilidades de la práctica básica del deporte
	RA2	Utiliza los conocimientos teórico-prácticos aplicados a la práctica básica de distintos deportes
	RA3	Comprende y distingue la relación y evolución de la práctica de los distintos



		deportes.
CE08	Conocer y aplicar los protocolos de medición e instrumentación más comunes en el ámbito de las Ciencias de la actividad física y del deporte.	
	RA1	Comprende y utiliza los distintos instrumentos y protocolos de medida en actividad física y el deporte.
	RA2	Interpreta los datos obtenidos de las mediciones e instrumental específico de actividad física y el deporte
	RA3	Utiliza los distintos protocolos de medida e instrumentales más adecuados en la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales.
CE10	Conocer las bases de la metodología de investigación aplicada a la actividad física y al deporte.	
	RA1	Comprende y distingue las características que tiene la información científica y sabe cómo interpretarla.
	RA2	Interpreta y utiliza la literatura científica específica de la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales.
	RA3	Planifica la realización de un estudio de investigación en el ámbito profesional de las Ciencias de la Actividad Física Deportiva.
	RA4	Realiza un informe crítico sobre un estudio de investigación en el ámbito profesional de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
CE11	Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y deportiva con atención a las características individuales y contextuales de las personas.	
	RA1	Conoce y aplica las diferentes técnicas, estrategias y estilos de enseñanza de actividad física y deporte teniendo en cuenta las características individuales y grupales del alumnado.
	RA2	Realiza adaptaciones curriculares en diferentes supuestos prácticos.
	RA3	Diseña actividades físico-motrices en las cuales se tenga en cuenta los aspectos psicológicos y sociales del movimiento humano.
	RA4	Diseña de forma integrada y realiza procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la motricidad del movimiento humano.
CE12	Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y deportiva entre los distintos perfiles de población.	



	RA1	Conoce y transmite los diferentes beneficios de la actividad física y deportiva en la población escolar
	RA2	Evalúa los diferentes aspectos relacionados con la adherencia a los hábitos y a la práctica de actividad físico-deportiva.
CE15	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, en los diferentes ámbitos de la actividad física y deportiva.	
	RA1	Analiza y relaciona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad.
	RA2	Gestiona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad.
CE16	Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas deportivos en sus diferentes niveles.	
	RA1	Diseña y transmite procesos de enseñanza-aprendizaje deportivo
	RA2	Diseña y lleva a cabo procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes.
	RA3	Comprende y distingue las reglas, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte.
	RA4	Adapta la práctica deportiva en función de las reglas, los materiales, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte en sus diferentes niveles.
	RA5	Adapta la práctica deportiva en función de las características de las personas implicadas en la práctica del deporte en sus diferentes niveles.

BLOQUES TEMÁTICOS Y CONTENIDOS

Contenidos – Bloques Temáticos

Objetivos / Resultados de Aprendizaje

OR1. Comprender las generalidades del atletismo, basado en carrera, desplazamientos, saltos y lanzamientos.

OR2. Aplicar los conocimientos a la evaluación y planificación en deportes cíclicos.

OR3. Analizar las técnicas deportivas cíclicas.

OR4. Diseñar planificaciones de entrenamientos en deportes cíclicos.

OR5. Evaluar de forma crítica la información procedente de recursos de investigación en actividades deportivas cíclicas.

Contenidos Unidades Temáticas

Bloque temático I. Conceptos generales del desplazamiento en marcha y carrera.

Bloque temático II. Carreras de obstáculos.

Bloque temático III. Los saltos y los lanzamientos.

Bloque temático IV. El entrenamiento del atletismo y otros deportes cíclicos.

Bloque temático V. Perfeccionamiento al ciclismo.

METODOLOGÍA DOCENTE

Aspectos metodológicos generales de la asignatura

Metodología Presencial: Actividades

Lectura y comprensión de bibliografía

Prácticas, seminarios y talleres

Actividad evaluativa

Metodología No presencial: Actividades

Estudio de contenidos teórico-prácticos.

Preparación de trabajos.

Preparación de actividades teórico-prácticas.

Preparación actividades de evaluación.

Realización, exposición y evaluación de trabajos individuales y grupales.

RESUMEN HORAS DE TRABAJO DEL ALUMNO

HORAS PRESENCIALES			
Lecciones magistrales	Actividades físicas y deportivas en instalaciones deportivas o espacios naturales		
6.70	53.30		
HORAS NO PRESENCIALES			
Actividades prácticas: Ejercicios y/o casos	Trabajos	Trabajos	Estudio personal y

prácticos/resolución de problemas	individuales	grupales	documentación
28.40	33.30	33.30	25.00
CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)			

EVALUACIÓN Y CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

Actividades de evaluación	Criterios de evaluación	Peso
Examen teórico 30% de la calificación total. Examen práctico 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	50 %
Asistencia y realización de las prácticas 10% de la calificación total. Realización y entrega trabajos individuales 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	30 %
Trabajo individual/grupal 20% de la calificación total.	Mínima nota de 5 sobre 10 en todas las partes. El carácter es recuperable en la convocatoria extraordinaria.	20 %

Calificaciones

Según se recoge en la actual Normativa del CESAG y en particular en el Punto 2 del Artículo 15 del Capítulo IV Evaluación:

La asistencia a clase y a las actividades docentes presenciales, cuya comprobación corresponde a cada profesor, es obligatoria para todos los alumnos. La inasistencia comprobada e injustificada a más de un tercio de las horas lectivas impartidas en cada asignatura, puede tener como consecuencia la imposibilidad de presentarse a examen en la convocatoria ordinaria del mismo curso académico. En el supuesto de que se aplicara esta consecuencia, la pérdida de convocatoria se extenderá automáticamente a la convocatoria extraordinaria. A todos los efectos, se considerará pendiente de cumplimiento de la escolaridad obligatoria de la asignatura.

Es necesaria la participación activa en las sesiones prácticas salvo justificante médico oficial.

PLAN DE TRABAJO Y CRONOGRAMA

Actividades	Fecha de realización	Fecha de entrega
-------------	----------------------	------------------



	realización	
Bloque temático I	Semana 1-6	
Bloque temático II	Semana 7-12	
Bloque temático III	Semana 13-18	
Bloque temático IV	Semana 19-26	
Bloque temático V	Semana 27-30	

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS

Bibliografía Básica

- Campos, J., Gallach, J.E. (2009). *Las técnicas del atletismo*. Manual práctico. Barcelona: Paidotribo.
- Cheung, S.S., Zabala, M. (2017). *Cycling science*. United States: Human Kinetics.
- Ferro, A. (2001). *La Carrera de Velocidad: Metodología del Análisis Biomecánico*. Madrid: Esteban Sanz.
- Polischuk, V. (1996). *Atletismo. Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Riera, J. (2005). *Habilidades en el Deporte*. Barcelona: INDE.
- Rius, J. (2005). *Metodología y Técnicas del Atletismo*. Barcelona: Paidotribo.
- Seners, P. (2001). *Didáctica del atletismo*. Barcelona: INDE.

Bibliografía Complementaria

- Alcalde, Y (2011) *Ciclismo y rendimiento*. Tutor.
- Allen, H. & Cheung, S.S. (2012) *Cutting edge cycling*. Human Kinetics.
- Bompa, T. (2000). *Periodización del entrenamiento deportivo*. Barcelona. Editorial Paidotribo.
- Bravo, J.; Garcia Verdugo, M.; Gil, F.; Landa, L.M.; Marin, J.; Pascua, M. (1998). *Atletismo I. Carreras y Marcha*. Real Federación Española de Atletismo
- Duran, J. (2002). *Manual básico de atletismo: lanzamientos*. Madrid. RFEA.
- Pascua Piqueras, M. (1998). *Manual Técnico de la Escuela Nacional de Entrenadores. Carreras de Velocidad*. Madrid: RFEA.
- Reglamento Internacional De Atletismo. (2012). *Manual 2012-2013*. Madrid. Ed. R.F.E.A.
- Riera, J. (2005). *Fundamentos del aprendizaje de técnica y táctica deportivas (4a ed.)*. Barcelona: INDE.

En cumplimiento de la normativa vigente en materia de **protección de datos de carácter personal**, le informamos y recordamos que puede consultar los aspectos relativos a privacidad y protección de datos que ha aceptado en su matrícula entrando en esta web y pulsando "descargar"

[https://servicios.upcomillas.es/sedelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792](https://servicios.upcomillas.es/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792)