

## FICHA TÉCNICA DE LA ASIGNATURA

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

Datos del profesorado	
<b>Profesor</b>	
<b>Nombre</b>	Antoni Albertí Amengual
<b>Departamento / Área</b>	Departamento de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
<b>Correo electrónico</b>	aalberti@cesag.comillas.edu
<b>Profesor</b>	
<b>Nombre</b>	María Teresa García Gutiérrez
<b>Departamento / Área</b>	Departamento de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
<b>Despacho</b>	mtgarcia@cesag.org Oficina Relaciones Internacionales
<b>Correo electrónico</b>	mtgarcia@cesag.comillas.edu

## DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

Contextualización de la asignatura
<b>Aportación al perfil profesional de la titulación</b>
<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, analizar y aplicar las habilidades en los deportes individuales. Además, los estudiantes desarrollarán los conocimientos necesarios para adquirir las competencias básicas fundamentales para llevar a cabo planificaciones y análisis de deportes individuales, como el atletismo, en diferentes grupos de población.</p> <p>Esta asignatura forma parte de la formación básica para el 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

<b>CG03</b>	Capacidad de organización y planificación en su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva.	
	<b>RA3</b>	Planifica un proyecto complejo
<b>CG05</b>	Capacidad para comunicarse de forma oral y escrita correctamente en el desempeño de su trabajo como profesional de la Actividad Física y Deportiva	
	<b>RA1</b>	Expresa sus ideas de forma estructurada, inteligible y convincente
	<b>RA2</b>	Interviene ante un grupo con seguridad y soltura
	<b>RA3</b>	Escribe con corrección
	<b>RA4</b>	Presenta documentos estructurados y ordenados
<b>CG06</b>	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.	
	<b>RA1</b>	Colabora con otras personas en el reparto y realización de tareas en trabajos académicos teóricos y prácticos
	<b>RA2</b>	Cumple los plazos de entrega fijados en el grupo de trabajo.
<b>CG08</b>	Capacidad para aprender a tomar decisiones de forma autónoma y fundamentada sobre problemas profesionales del ámbito de la Actividad Física y Deportiva.	
	<b>RA1</b>	Realiza sus trabajos y su actividad necesitando sólo unas indicaciones iniciales y un seguimiento básico
	<b>RA2</b>	Busca y encuentra recursos adecuados para sostener sus actuaciones y realizar sus trabajos
	<b>RA3</b>	Amplía y profundiza en la realización de sus trabajos
	<b>RA4</b>	Muestra cierta creatividad en las síntesis y conclusiones de sus trabajos.
<b>CG11</b>	Capacidad para desarrollar su profesión con rigor y calidad en el ámbito de la Actividad Física y Deportiva	

	<b>RA2</b>	Busca información objetiva y fundamentada antes de tomar opinión sobre los sucesos.
	<b>RA3</b>	Mantiene la objetividad en sus juicios y tomas de decisión
<b>ESPECÍFICAS</b>		
<b>CE06</b>	Conocer y comprender los fundamentos del deporte.	
	<b>RA1</b>	Comprende y distingue las posibilidades de la práctica básica del deporte
	<b>RA2</b>	Utiliza los conocimientos teórico-prácticos aplicados a la práctica básica de distintos deportes
	<b>RA3</b>	Comprende y distingue la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes.
<b>CE08</b>	Conocer y aplicar los protocolos de medición e instrumentación más comunes en el ámbito de las Ciencias de la actividad física y del deporte.	
	<b>RA1</b>	Comprende y utiliza los distintos instrumentos y protocolos de medida en actividad física y el deporte.
	<b>RA2</b>	Interpreta los datos obtenidos de las mediciones e instrumental específico de actividad física y el deporte
	<b>RA3</b>	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.
<b>CE10</b>	Conocer las bases de la metodología de investigación aplicada a la actividad física y al deporte.	
	<b>RA1</b>	Comprende y distingue las características que tiene la información científica y sabe cómo interpretarla.
	<b>RA2</b>	Interpreta y utiliza la literatura científica específica de la actividad física y el deporte para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales.
<b>CE11</b>	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.	
	<b>RA1</b>	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.
	<b>RA2</b>	Realiza adaptaciones curriculares en diferentes supuestos prácticos.
<b>CE15</b>	Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, en los diferentes ámbitos de la actividad física y deportiva.	
	<b>RA1</b>	Analiza y relaciona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad.
	<b>RA2</b>	Gestiona de manera eficaz el material y equipamiento deportivo para cada tipo de actividad.
<b>CE16</b>	Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas deportivos en sus diferentes niveles.	

<b>RA3</b>	Comprende y distingue las reglas, la actuación técnico-táctica, física y mental en el deporte.
<b>RA4</b>	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.
<b>RA5</b>	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 de los deportes individuales.
- OR2. Aplicar los conocimientos al diseño y ejecución de sesiones y entrenamientos individuales para diferentes colectivos.
- OR3. Valoración de técnica y rendimiento deportivo en los deportes individuales.
- OR4. Diseñar planificaciones de entrenamientos en deportes individuales.
- OR5. Evaluar de forma crítica la información procedente de recursos de investigación en deportes individuales.

#### Contenidos Unidades Temáticas

- Bloque temático I. Conceptos generales de los deportes individuales: atletismo.
- Bloque temático II. Carrera, marcha atlética y carrera con obstáculos en atletismo.
- Bloque temático III. Saltos y lanzamientos en el atletismo.
- Bloque temático IV. El entrenamiento en los deportes individuales.
- Bloque temático V. Iniciación a otros deportes individuales.

## METODOLOGÍA DOCENTE

### Aspectos metodológicos generales de la asignatura

#### Metodología Presencial: Actividades

- Exposición, lectura y comprensión de bibliografía.
- Prácticas, seminarios y talleres.
- Realización y exposición de actividades evaluativas individuales y grupales.

#### Metodología No presencial: Actividades

- Estudio de contenidos teórico-prácticos.

Preparación de trabajos.

Preparación de actividades teórico-prácticas.

Preparación actividades de evaluación.

## 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 prácticos/resolución de problemas	Trabajos individuales	Trabajos grupales	Estudio personal y documentación
28.40	33.30	33.30	25.00
<b>CRÉDITOS ECTS: 6,0 (180,00 horas)</b>			

## 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 excepto la asistencia y participación.	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
Bloque temático I	Semana 1-3	
Bloque temático II	Semana 4-12	
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.; García 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/sedeelectronica/inicio.aspx?csv=02E4557CAA66F4A81663AD10CED66792>