

ANX-PR/CL/001-01
GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

Triatlón y ciclismo

CURSO ACADÉMICO - SEMESTRE

2016-17 - Segundo semestre

Datos Descriptivos

Nombre de la Asignatura	Triatlón y ciclismo
Titulación	11CD - Grado en Ciencias del Deporte
Centro responsable de la titulación	Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
Semestre/s de impartición	Sexto semestre
Módulo	Modulo 10 itinerario de orientacion profesional
Carácter	Optativa
Código UPM	115000056
Nombre en inglés	Triathlon and cycling

Datos Generales

Créditos	6	Curso	3
Curso Académico	2016-17	Período de impartición	Febrero-Junio
Idioma de impartición	Castellano	Otros idiomas de impartición	

Requisitos Previos Obligatorios

Asignaturas Previas Requeridas

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidas asignaturas previas superadas para esta asignatura.

Otros Requisitos

El plan de estudios Grado en Ciencias del Deporte no tiene definidos otros requisitos para esta asignatura.

Conocimientos Previos

Asignaturas Previas Recomendadas

Natacion y actividades acuaticas

Fisiologia del ejercicio

Atletismo

Biomecanica de la actividad fisica y el deporte

Metodologia del entrenamiento deportivo y acondicionamiento fisico

Otros Conocimientos Previos Recomendados

El coordinador de la asignatura no ha definido otros conocimientos previos recomendados.



CAMPUS
DE EXCELENCIA
INTERNACIONAL

UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef

PROCESO DE COORDINACIÓN DE LAS ENSEÑANZAS

ANX-PR/CL/001-01: GUÍA DE APRENDIZAJE



Código PR/CL/001

Competencias

CE2 - Aplicar, de manera fundamentada y argumentada, los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales en el diseño y puesta en práctica de propuestas y programas de Educación Física en el contexto educativo. Nivel 3.

CE6 - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte entre la población escolar. Nivel 3.

CE7 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

CG3 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG8 - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

CG9 - Resolver con eficacia, creatividad y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.

Resultados de Aprendizaje

RA6 - Respeto al medio ambiente en el ejercicio profesional.

RA7 - Capacidad de trabajar en equipo.

RA9 - Aplicación de habilidades, técnicas y metodologías adquiridas en los módulos básicos para el correcto desempeño de la profesión según el itinerario elegido.

RA11 - Desenvolvimiento eficiente en un contexto profesional real según el itinerario elegido.

RA3 - Aplicación de tecnologías avanzadas en el ejercicio profesional.

RA4 - Poner en práctica habilidades de expresión y comunicación oral y escrita en el contexto profesional.

RA8 - Dominio de habilidades y técnicas para dirigir y organizar grupos en contextos de salud, recreación, gestión, ocio, rendimiento y educación en función del itinerario elegido.

Profesorado

Profesorado

Nombre	Despacho	e-mail	Tutorías
García Bataller, Alberto (Coordinador/a)	105	alberto.garcia@upm.es	L - 11:30 - 13:30 X - 11:30 - 13:30

Nota.- Las horas de tutoría son orientativas y pueden sufrir modificaciones. Se deberá confirmar los horarios de tutorías con el profesorado.

Profesorado Externo

Nombre	e-mail	Centro de procedencia
Fernández Alba, Javier	alberto.garcia@upm.es	fmc

Descripción de la Asignatura

Temario

1. Modalidades de triatlón y ciclismo
2. Historia del triatlón y ciclismo
3. Reglamento de triatlón y ciclismo
4. La natación en el triatlón
5. El ciclismo en el triatlón
6. La carrera en el triatlón
7. Las transiciones
8. El material del triatlón
9. Técnica y táctica básica del ciclismo
10. Métodos de entrenamiento en el ciclismo
11. Métodos de entrenamiento en el triatlón
12. Planificación del entrenamiento

Cronograma

Horas totales: 66 horas

Horas presenciales: 66 horas (42.3%)

Peso total de actividades de evaluación continua:
100%

Peso total de actividades de evaluación sólo prueba final:
100%

Semana	Actividad Presencial en Aula	Actividad Presencial en Laboratorio	Otra Actividad Presencial	Actividades Evaluación
Semana 1	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 2	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 3	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 4	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 5	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 6	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 7	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 8	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	

Semana 9	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 10	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 11	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 12	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 13	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		<p>practica Duración: 02:00 OT: Otras actividades formativas</p>	
Semana 14	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 15	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 16	<p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>clase Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
Semana 17				<p>examen Duración: 02:00 EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua y sólo prueba final Actividad presencial</p>

Nota.- El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura que puede sufrir modificaciones durante el curso.

Nota 2.- Para poder calcular correctamente la dedicación de un alumno, la duración de las actividades que se repiten en el tiempo (por ejemplo, subgrupos de prácticas") únicamente se indican la primera vez que se definen.

Actividades de Evaluación

Semana	Descripción	Duración	Tipo evaluación	Técnica evaluativa	Presencial	Peso	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	examen	02:00	Evaluación continua y sólo prueba final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Sí	100%	5 / 10	CG3, CG8, CG9, CE2, CE6, CE7

Criterios de Evaluación

FORMATIVA-MIXTA: Este sistema de calificación implica que se tendrán en cuenta varios aspectos:

- Un examen final obligatorio objetivo sobre los contenidos expuestos en el programa de la materia que debe superarse con una calificación mínima de 5 sobre 10.
- Realización de trabajos y su exposición.
- Asistencia y participación activa en las sesiones prácticas de clase.

SUMATIVA: Se deberá comunicar esta opción dentro de las dos primeras semanas del semestre. Se calificará a través de un examen final, pero será de diferentes características que el examen de la opción FORMATIVA-MIXTA.

Recursos Didácticos

Descripción	Tipo	Observaciones
Triatlón diversos artículos que se señalarán a lo largo del desarrollo del curso.	Bibliografía	