



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

PROCESO DE
COORDINACIÓN DE LAS
ENSEÑANZAS PR/CL/001



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

ANX-PR/CL/001-01

GUÍA DE APRENDIZAJE

ASIGNATURA

115100124 - Aplicación Deportiva I: Atletismo

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2019/20 - Primer semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Conocimientos previos recomendados.....	2
4. Competencias y resultados de aprendizaje.....	3
5. Descripción de la asignatura y temario.....	4
6. Cronograma.....	14
7. Actividades y criterios de evaluación.....	17
8. Recursos didácticos.....	19
9. Otra información.....	23

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100124 - Aplicación Deportiva I: Atletismo
No de créditos	6 ECTS
Carácter	Optativa
Curso	Cuarto curso
Semestre	Séptimo semestre
Período de impartición	Septiembre-Enero
Idioma de impartición	Castellano
Titulación	11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Centro responsable de la titulación	11 - Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte - Inef
Curso académico	2019-20

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Carlos Alberto Cordente Martinez (Coordinador/a)	Laboratorio	carlos.cordente@upm.es	M - 14:00 - 20:00 Procura acordar una hora concreta para la realización de la tutoría vía correo electrónico.

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

3. Conocimientos previos recomendados

3.1. Asignaturas previas que se recomienda haber cursado

- Fisiología Del Ejercicio
- Fisiología Humana
- Análisis Biomecánico De La Técnica Deportiva
- Educación Física De Base
- Biomecánica De La Afyd
- Atletismo
- Tecnificación En Deporte: Atletismo
- Metodología Del Entrenamiento Deportivo Y Acondicionamiento Físico
- Kinesiología Y Sistemática De La Afyd
- Aprendizaje Y Control Motor

3.2. Otros conocimientos previos recomendados para cursar la asignatura

- Son importantes ciertos conocimientos en el desarrollo de habilidades gimnásticas básicas.
- Para el correcto aprovechamiento de la asignatura, resulta importante partir de la perspectiva de la existencia de una continuidad entre la educación atlética de base y el entrenamiento de alto rendimiento.

4. Competencias y resultados de aprendizaje

4.1. Competencias

CE01 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza y aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas. Nivel 3.

CE02 - 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.

CE03 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los escolares en la práctica de actividades físicas inadecuadas o realizadas de forma incorrecta. Nivel 3.

CE04 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte escolar orientados al desarrollo personal y social de las personas implicadas y dotados de una dimensión educativa. Nivel 3.

CE07 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles. Nivel 3.

CE08 - Aplicar de manera fundamentada y argumentada los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo. Nivel 3.

CE09 - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los deportistas por la práctica de actividades físicas inadecuadas, en el contexto del entrenamiento deportivo. Nivel 2.

CG01 - Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG02 - Desarrollar habilidades y estrategias que incidan en la capacidad para trabajar en forma autónoma.

CG03 - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo.

CG10 - Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.

CG11 - Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

4.2. Resultados del aprendizaje

RA183 - Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje relacionados con el atletismo desde la iniciación al alto rendimiento

RA182 - Conocer, comprender y vivenciar los fundamentos metodológicos del atletismo

RA180 - Desarrollo de la capacidad de integrar el atletismo en procesos de enseñanza en diferentes contextos y niveles

5. Descripción de la asignatura y temario

5.1. Descripción de la asignatura

La asignatura de tecnificación en Atletismo de 6º semestre está íntimamente ligada a las asignaturas de Aplicación Deportiva I y II de 7º y 8º semestre. Así, no se concibe un temario independiente para cada una de estas 3 asignaturas sino que dicho temario seguirá una continuidad basada en un intento de optimización racional del proceso de aprendizaje del alumno en la que el desarrollo de los temas no seguirán necesariamente su secuenciación numérica.

Se exponen a continuación todos los temas a tratar a lo largo de los 3 semestres señalados destacando en **negrita** los correspondientes al presente curso.

1. FUNDAMENTOS DE LA INICIACIÓN ATLÉTICA

1.1. Introducción a la formación deportiva

1.1.1. La transmisión de valores

1.1.2. El/la entrenador/a-Monitor/a como figura clave

1.2. Generalidades de la iniciación atlética

1.2.1. Las etapas de desarrollo de un atleta

1.2.2. Las etapas de la iniciación atlética

1.2.3. El inicio de la tecnificación atlética

1.3. Justificación de la necesidad de calidad del entrenamiento infantil

1.3.1. Optimización del entrenamiento desde su inicio

1.3.2. La adecuación de los contenidos de entrenamiento

1.4. Estrategias metodológicas clave para una buena iniciación atlética

1.5. Definición de Atletismo

1.6. Estrategias y evolución de la planificación del atletismo infantil

1.7. Otros factores inexcusables para una formación atlética de calidad

2. LA MARCHA

2.1. Técnica (modelo)-reglamento

2.2. Comportamiento habitual del principiante

2.3. Metodología de desarrollo técnico

3. CARRERAS

3.1. Lisas

3.1.1. Técnica (modelo)

3.1.2. Comportamiento habitual del principiante

3.1.3. Metodología de desarrollo técnico

3.2. Con vallas

3.2.1. Técnica (modelo)

3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

3.3. Salida de tacos

3.3.1. Técnica (modelo)

3.3.2. Comportamiento habitual del principiante

3.3.3. Metodología de desarrollo técnico

3.4. Relevos

3.4.1. Reglamento

3.4.2. Técnicas

3.4.3. Comportamiento habitual del principiante 3.3.3

4. SALTOS

4.1. GENERALIDADES Y PUNTOS COMUNES

4.2. HORIZONTALES

4.2.1. Puntos comunes

4.2.2. SALTO DE LONGITUD

4.2.2.1. Técnica (modelo)

4.2.2.2. Comportamiento habitual del principiante

4.2.2.3. Metodología de desarrollo técnico

4.2.3. TRIPLE SALTO

4.2.3.1. Técnica (modelo)

4.2.3.2. Comportamiento habitual del principiante

4.2.3.3. Metodología de desarrollo técnico

4.3. VERTICALES

4.3.1. SALTO DE ALTURA

4.3.1.1. Técnica (modelo)

4.3.1.2. Comportamiento habitual del principiante

4.3.1.3. Metodología de desarrollo técnico

4.3.2. SALTO CON PÉRTIGA

4.3.2.1. Técnica (modelo)

4.3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

4.3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5. LANZAMIENTOS

5.1. Generalidades y puntos comunes

5.2. CON DESPLAZAMIENTO LINEAL

5.2.1. Puntos comunes

5.2.2. LANZAMIENTO DE PESO

5.2.2.1. Técnica (modelo)

5.2.2.2. Comportamiento habitual del principiante

5.2.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5.2.3. LANZAMIENTO DE JABALINA

5.2.4. Técnica (modelo)

5.2.5. Comportamiento habitual del principiante

5.2.6. Metodología de desarrollo técnico

5.3. CON DESPLAZAMIENTO ROTATORIO

5.3.1. Puntos comunes

5.3.2. LANZAMIENTO DE PESO

5.3.2.1. Técnica (modelo)

5.3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5.3.3. LANZAMIENTO DE DISCO

5.3.3.1. Técnica (modelo)

5.3.3.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.3.3. Metodología de desarrollo técnico

5.3.4. LANZAMIENTO DE MARTILLO

5.3.4.1. Técnica (modelo)

5.3.4.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.4.3. Metodología de desarrollo técnico

6- PRUEBAS COMBINADAS

7. ENTRENAMIENTO Y PLANIFICACIÓN

7.1. De la capacidad de velocidad

7.2. De la capacidad de salto

7.3. De la capacidad de lanzar

7.4. De las pruebas combinadas

8. ORGANIZACIÓN DE UNA ESCUELA DE ATLETISMO

9. ORGANIZACIÓN DE COMPETICIONES INFANTILES

10. ANÁLISIS DE VÍDEO

11. PRÁCTICAS DOCENTES

5.2. Temario de la asignatura

1. FUNDAMENTOS DE LA INICIACIÓN ATLÉTICA

- 1.1. Introducción a la formación deportiva
 - 1.1.1. La transmisión de valores
 - 1.1.2. El/La entrenador/a-monitor/a como figura clave
- 1.2. Generalidades de la iniciación atlética
 - 1.2.1. Las etapas de desarrollo de un atleta
 - 1.2.2. Las etapas de la iniciación atlética
 - 1.2.3. El inicio de la tecnificación atlética
- 1.3. Justificación de la necesidad de calidad del entrenamiento infantil
 - 1.3.1. Optimización del entrenamiento desde su inicio
 - 1.3.2. La adecuación de los contenidos de entrenamiento
- 1.4. Estrategias metodológicas clave para una buena iniciación atlética
- 1.5. Definición de Atletismo
- 1.6. Estrategias y evolución de la planificación del entrenamiento infantil
- 1.7. Otros factores inexcusables para una formación atlética de calidad

2. LA MARCHA

- 2.1. Técnica (modelo)-Reglamento
- 2.2. Comportamiento habitual del principiante
- 2.3. Metodología de desarrollo técnico

3. CARRERAS

- 3.1. Lisas
 - 3.1.1. Técnica (modelo)
 - 3.1.2. Comportamiento habitual del principiante
 - 3.1.3. Metodología de desarrollo técnico

3.2. Con vallas u obstáculos

3.2.1. Técnica (modelo)

3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

3.3. Salida de tacos

3.3.1. Técnica (modelos)

3.3.2. Comportamiento habitual del principiante

3.3.3. Metodología de desarrollo técnico

3.4. Relevos

3.4.1. Reglamento

3.4.2. Técnicas

3.4.3. Comportamiento habitual del principiante

3.4.4. Metodología de desarrollo técnico

4. SALTOS

4.1. Generalidades y puntos comunes

4.2. Horizontales

4.2.1. Salto de Longitud

4.2.1.1. Técnica (modelos)

4.2.1.2. Comportamiento habitual del principiante

4.2.1.3. Metodología de desarrollo técnico

4.2.2. Triple Salto

4.2.2.1. Técnica (modelos)

4.2.2.2. Comportamiento habitual del principiante

4.2.2.3. Metodología de desarrollo técnico

4.3. Verticales

4.3.1. Salto de Altura

4.3.1.1. Técnica (modelos)

4.3.1.2. Comportamiento habitual del principiante

4.3.1.3. Metodología de desarrollo técnico

4.3.2. Salto con Pértiga

4.3.2.1. Técnica (modelo)

4.3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

4.3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5. LANZAMIENTOS

5.1. Generalidades y puntos comunes

5.2. Con desplazamiento lineal

5.2.1. Lanzamiento de Peso

5.2.1.1. Técnica (modelo)

5.2.1.2. Comportamiento habitual del principiante

5.2.1.3. Metodología de desarrollo técnico

5.2.2. Lanzamiento de Jabalina

5.2.2.1. Técnica (modelo)

5.2.2.2. Comportamiento habitual del principiante

5.2.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5.3. Con desplazamiento rotatorio

5.3.1. Lanzamiento de peso

5.3.1.1. Técnica (modelo)

5.3.1.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.1.3. Metodología de desarrollo técnico

5.3.2. Lanzamiento de Disco

5.3.2.1. Técnica (modelo)

5.3.2.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.2.3. Metodología de desarrollo técnico

5.3.3. Lanzamiento de Martillo

5.3.3.1. Técnica (modelo)

5.3.3.2. Comportamiento habitual del principiante

5.3.3.3. Metodología de desarrollo técnico

6. LAS PRUEBAS COMBINADAS

6.1. Metodología de desarrollo técnico del atleta de pruebas combinadas

7. ENTRENAMIENTO Y PLANIFICACIÓN PARA LA FASE DE TECNIFICACION

7.1. De la capacidad de velocidad de carrera

7.2. De la capacidad de salto

7.3. De la capacidad de lanzar

7.4. De las pruebas combinadas

8. ORGANIZACIÓN DE UNA ESCUELA DE ATLETISMO

9. ORGANIZACIÓN DE COMPETICIONES INFANTILES

10. ANÁLISIS DE VÍDEO

11. PRÁCTICAS DOCENTES

6. Cronograma

6.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad presencial en aula	Actividad presencial en laboratorio	Otra actividad presencial	Actividades de evaluación
1	<p>Presentación de la asignatura Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Salto de Altura Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			<p>Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumnos deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua Duración: 02:00</p>
2		<p>Habilidades gimnásticas y salto de altura Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Frecuencia, peso y agilidad Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumnos deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua Duración: 02:00</p>
3	<p>El lanzamiento de jabalina Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Técnica de carrera, salto de altura y multilanzamientos Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
4		<p>Salida de tacos, vallas y peso Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Altura, jabalina y coordinación Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumnos deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua Duración: 02:00</p>
5	<p>El Salto con Pértiga Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Técnica de carrera y pértiga Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
6		<p>Pértiga, jabalina y habilidades gimnásticas Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Pértiga y resistencia aeróbica Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

7		<p>Pértiga y vallas Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Pértiga y multilanzamientos Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
8	<p>Lanzamiento de disco Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>	<p>Pértiga y disco Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
9		<p>Agilidad, altura y resistencia aeróbica Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Vallas, disco y coordinación Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
10		<p>Lanzamiento de martillo Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Lanzamiento de martillo Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
11	<p>Entrenamiento de las capacidades de salto y lanzamiento Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Entrenamiento de las capacidades de salto y lanzamiento Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			<p>Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumnos deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua Duración: 01:00</p>
12	<p>Entrenamiento de las capacidades de salto y lanzamiento Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			
13		<p>Pértiga y disco Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Habilidades gimásticas, altura y relevos. Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumnos deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua Duración: 01:00</p>
14		<p>Vallas, disco y agilidad Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Altura, jabalina y coordinación Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

15		<p>Aceleración, pértiga y malabares. Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Disco, multisaltos verticales y habilidades gimnásticas. Duración: 02:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Elaboración de un cuaderno didáctico TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 12:00</p> <p>Elaboración de apuntes TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua Duración: 08:00</p> <p>Autoevaluación Técnica TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Duración: 05:00</p> <p>Elaboración de un cuaderno didáctico TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación sólo prueba final Duración: 15:00</p>
16				<p>Elaboración de martillo y haltera artesanales EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua y sólo prueba final Duración: 04:00</p>
17				<p>Examen Final EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua Duración: 02:00</p> <p>Examen Final EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Duración: 02:00</p>

Las horas de actividades formativas no presenciales son aquellas que el estudiante debe dedicar al estudio o al trabajo personal.

Para el cálculo de los valores totales, se estima que por cada crédito ECTS el alumno dedicará dependiendo del plan de estudios, entre 26 y 27 horas de trabajo presencial y no presencial.

* El cronograma sigue una planificación teórica de la asignatura y puede sufrir modificaciones durante el curso.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación continua

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
1	Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	02:00	5%	5 / 10	CE04 CE07 CE08 CE01 CG03
2	Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	02:00	5%	5 / 10	CE04 CE07 CE08 CE01 CG03
4	Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	Presencial	02:00	5%	5 / 10	CE04 CE07 CE08 CE01 CG03
11	Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	Presencial	01:00	5%	5 / 10	CE04 CE07 CE08 CE01 CG03
13	Evaluación basada en una actividad virtual en la que el alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	Presencial	01:00	5%	5 / 10	CE04 CE07 CE08 CE01 CG03
15	Elaboración de un cuaderno didáctico	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	12:00	20%	5 / 10	CE04 CE07 CE02 CG11 CE03 CG01 CG03
15	Elaboración de apuntes	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	08:00	15%	5 / 10	CG03

15	Autoevaluación Técnica	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	05:00	15%	5 / 10	CE08
16	Elaboración de martillo y haltera artesanales	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	04:00	%	5 / 10	CG10 CG11 CG01 CG03
17	Examen Final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	25%	4 / 10	CE04 CE07 CE08 CE02 CG11 CE03 CE01 CE09 CG01

7.1.2. Evaluación sólo prueba final

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
15	Elaboración de un cuaderno didáctico	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	15:00	35%	5 / 10	CE02 CG11 CE03 CE01 CE04 CE07
16	Elaboración de martillo y haltera artesanales	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	04:00	%	5 / 10	CG10 CG11 CG01 CG03
17	Examen Final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	No Presencial	02:00	65%	5 / 10	CE07 CE08 CE02 CG11 CE03 CE01 CE09

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

No se ha definido la evaluación extraordinaria.

7.2. Criterios de evaluación

No se tendrá en cuenta la asistencia a clase si bien la misma es altamente recomendable. Solo se evaluarán las actividades señaladas con su peso correspondiente ya sea para los/las alumnos/as de evaluación continua como para los de prueba final.

8. Recursos didácticos

8.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
American Sport Education Program (2008). Coaching youth track & field. Human Kinetics: Champaign, IL.	Bibliografía	
Anselmi H. (2007) Manual Digital de Fuerza y Acondicionamiento Físico. Editado por G-SE: Mendoza.	Bibliografía	
Anselmi H. (2010) Actualizaciones sobre Entrenamiento de la Potencia. Buenos Aires.	Bibliografía	
Arksling C. (2008) Hamstring Muscle Strain. Tesis no publicada. Karolinska Institutet: Estocolmo.	Bibliografía	
Athleticastudi	Bibliografía	
Ballesteros J.M. (1992) Manual de Entrenamiento Básico. I.A.A.F: Londres.	Bibliografía	
Bompa T. (2015) Periodización del Entrenamiento Deportivo. Paidotribo: Badalona.	Bibliografía	
Bravo, J., Campos, J., Durán, J., Martínez, J.L. (2000). Atletismo III. Lanzamientos. Editado por la R.F.E.A.: Madrid.	Bibliografía	

Bravo, J., García-Verdugo, M., Gil, F., Landa, L.M., Marín, J., Pascua, M. (1998). Atletismo I. Carreras y Marcha. Editado por la R.F.E.A.: Madrid.	Bibliografía	
Bravo, J., Lopez, F., Ruf, H., Seirullo, F. (1992). Atletismo II. Saltos. Editado por el C.O.E y la R.F.E.A.: Madrid.	Bibliografía	
Bravo, J., Ruf, H., Vélez, M. (2003). Atletismo II. Saltos Verticales. Editado por la R.F.E.A.: Madrid.	Bibliografía	
Cappa D. (2000). Entrenamiento de la Potencia Muscular. G-SE: Mendoza.	Bibliografía	
Carr, G. (1999). Fundamentals of Track and Field (2nd Edition). Human Kinetics: Champaign, Il	Bibliografía	
Cometti G. (2007). Los Métodos Modernos de Musculación. Paidotribo: Barcelona.	Bibliografía	
Duran, J.P. (2002) Manual Básico de Atletismo. Tomo II: Lanzamientos. R.F.E.A: Madrid.	Bibliografía	
Fucci S., Benigni M., Fornasari V. (2003) Biomecánica del Aparato Locomotor Aplicada al Acondicionamiento Muscular. Eselvier: Madrid.	Bibliografía	
Gil, F., Marín, J., Pascua, M. (1998). Atletismo I. Velocidad, Vallas y Marcha. R.F.E.A.: Madrid.	Bibliografía	

Gil, F., Pascua, M., Sanchez, R. (2000) Manual Básico de Atletismo. R.F.E.A: Madrid.	Bibliografía	
González Badillo JJ. y Ribas Serna J.C. Bases de la programación del entrenamiento de fuerza. Ed. INDE. Barcelona, 2002	Bibliografía	
Gozzoli C., Simohamed J., El-Hebil A. M. (2009) Mini atletismo. IAAF: Medellin.	Bibliografía	
Gutierrez Dávila M. (2014) Biomecánica Deportiva. Síntesis: Madrid.	Bibliografía	
Hubiche, J.L., Pradet, M. (1999). Comprender el atletismo. Editorial INDE: Madrid	Bibliografía	
I.A.A.F. (2009). Manual IAAF. Disponible de forma gratuita en http://www.rfea.es/revista/manualiaaf/manualiaaf2009.pdf	Bibliografía	
Leichtatletik	Bibliografía	
Meinel K., Schnabel G. (2005) Teoría del Movimiento. Stadium: Buenos Aires.	Bibliografía	
New Studies in Athletics (revisa oficial de la IAAF).	Bibliografía	
Piasenta, J. (1988). L'éducation athlétique. INSEP: Paris.	Bibliografía	
Piasenta, J. (2000) Aprender a observar. Editado por INDE: Barcelona.	Bibliografía	

Piasenta, J. (2011). La motricité sportive. Amphora: Paris.	Bibliografía	
Piasenta, J. (2015). Pour une culture de la gagne. Amphora: Paris.	Bibliografía	
Revue EPS	Bibliografía	
Revue de l'AEFA	Bibliografía	
Rius Sant J. (1997). Metodología y Técnicas del Atletismo. Paidotribo: Barcelona.	Bibliografía	
Rius Sant J. (2014). Fundamentos del Entrenamiento Infantil y Juvenil. No publicado.	Bibliografía	
Roca, J. (1983). Tiempo de Reacción y Deporte. Editado por la Dirección General de l'Esport de Catalunya. Institut Nacional d'Educació Física; Esplugues de Llobregat, Barcelona.	Bibliografía	
Rogers J.L. (coord) (1999). USA Track & Field Coaching Manual (USA Track & Field). Human Kinetics: Champaign, Il.	Bibliografía	
Siff M., Verkhoshansky Y. (2000). Superentrenamiento. Paidotribo: Barcelona.	Bibliografía	
Verkhoshansky Y. (2006) Todo sobre el Método Pliométrico. Paidotribo: Barcelona.	Bibliografía	
Weineck J. (2005) Entrenamiento Total. Paidotribo: Barcelona.	Bibliografía	
Zawieja M. y Oltmanns K. Kinder lernen krafttraining. Philippka Sportverlag. Münster, 2016	Bibliografía	

www.athle.fr	Recursos web	
http://blogs.elpais.com/los-pies-de-bikila/	Recursos web	
cienciaatletica.org	Recursos web	
http://www.inigomujika.com/	Recursos web	
https://www.leichtathletik.de	Recursos web	
http://www.mcmillanspeed.com	Recursos web	
www.vicenteubeda.com	Recursos web	
EdPuzzle	Recursos web	
Kahoot	Otros	Aplicación telefónica educativa.
Kinovea	Recursos web	Programa gratuito de análisis técnico de vídeo.

9. Otra información

9.1. Otra información sobre la asignatura

Una parte importante de la asignatura se desarrollará mediante aulas virtuales y documentales cuya visualización por parte del alumno se realizará de manera autónoma y no presencial durante los plazos que el profesor vaya señalando cuando lo considere procedente. De cara al examen final, los contenidos de esta parte tendrán la misma importancia que los impartidos en la parte presencial.

El profesor se reserva el derecho de cambiar el cronograma de la asignatura si lo estima oportuno para la formación de los/las alumnos/as. Asimismo, y por las mismas razones, es posible que se añadan actividades virtuales evaluables a las ya existentes sin que ello modifique el peso total (25%) de este tipo de actividades en la evaluación.