



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

115100010 - Atletismo

PLAN DE ESTUDIOS

11AF - Grado En Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte

CURSO ACADÉMICO Y SEMESTRE

2023/24 - Primer semestre

Índice

Guía de Aprendizaje

1. Datos descriptivos.....	1
2. Profesorado.....	1
3. Conocimientos previos recomendados.....	2
4. Competencias y resultados de aprendizaje.....	2
5. Descripción de la asignatura y temario.....	3
6. Cronograma.....	5
7. Actividades y criterios de evaluación.....	8
8. Recursos didácticos.....	14
9. Otra información.....	15

1. Datos descriptivos

1.1. Datos de la asignatura

Nombre de la asignatura	115100010 - Atletismo
No de créditos	4 ECTS
Carácter	Obligatoria
Curso	Primer curso
Semestre	Primer semestre Segundo 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 Fisica Y Del Deporte - Inef
Curso académico	2023-24

2. Profesorado

2.1. Profesorado implicado en la docencia

Nombre	Despacho	Correo electrónico	Horario de tutorías *
Manuel Sillero Quintana (Coordinador/a)	108	manuel.sillero@upm.es	L - 09:30 - 12:00 M - 09:30 - 12:00 X - 12:30 - 15:30
Jesus Olivan Mallen	108	jesus.olivan@upm.es	L - 13:00 - 15:00 X - 13:00 - 15:00 V - 13:00 - 15:00 Podría estar en la pista

Jesus Olivan Mallen	Vicedecanato	jesus.olivan@upm.es	X - 09:00 - 14:00 J - 10:00 - 12:00 V - 10:00 - 11:00
---------------------	--------------	---------------------	---

* 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

El plan de estudios Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte no tiene definidas asignaturas previas recomendadas para esta asignatura.

3.2. Otros conocimientos previos recomendados para cursar la asignatura

- En caso de que el alumno haya tenido una lesión reciente o durante el desarrollo de la asignatura, debería hacer un trabajo genérico de mejora de la condición física para poder realizar convenientemente la parte práctica de la asignatura
- Para llevar a cabo la asignatura el alumno deberá poseer unos niveles mínimos de Flexibilidad, Fuerza y Resistencia.
- En principio, estos niveles deberían estar asegurados en los alumno tras el paso de las pruebas físicas

4. Competencias y resultados de aprendizaje

4.1. Competencias

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.

CE10 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo. Nivel 3.

4.2. Resultados del aprendizaje

RA85 - Integrar el atletismo como medio educativo en las diferentes etapas escolares

RA84 - Seleccionar y utilizar el material y el equipamiento deportivo adecuado en cada caso

RA86 - Diseñar, desarrollar y evaluar procesos de enseñanza-aprendizaje con el atletismo en situaciones reales o simuladas

RA88 - Conocer y comprender los fundamentos básicos del atletismo

RA87 - Ejecutar el gesto técnico de las diferentes habilidades atléticas desarrolladas (carrera, vallas, lanzamiento de peso y salto de longitud)

5. Descripción de la asignatura y temario

5.1. Descripción de la asignatura

El atletismo es considerado como un deporte básico, ya que sus acciones tienen un carácter natural, asociado a los orígenes del hombre, como son correr, saltar y lanzar. Además, a través de su práctica se mejora la condición física, sirviendo como base para el resto de los deportes. No debemos olvidar, además, que es también un deporte abierto a las nuevas tendencias y que sirve para constatar el progreso del ser humano. Además, a través de su práctica se mejora la condición física general, sirviendo sus conocimientos teóricos y prácticos como base de la preparación física en el resto de los deportes y de actividades físicas orientadas hacia la mejora de la salud.

Contenidos (4 CRÉDITOS ETCS. 100 horas de trabajo del Alumno)

1. Metodología de la Enseñanza del Atletismo. Se repasará la ejecución técnica en la iniciación deportiva en las diferentes especialidades atléticas: carreras, marcha, vallas, saltos, lanzamientos y pruebas combinadas, aprendiendo a identificar los errores más habituales y a corregirlos siguiendo la metodología más apropiada con las adecuadas tareas de corrección de los defectos más típicos. (50 horas)

2. Aplicación de una programación de actividades dirigidas a la iniciación deportiva, considerando la sesión como unidad fundamental y la adecuada secuencia de aprendizaje en las adquisiciones técnicas de las agrupaciones de especialidades de carreras, marcha y vallas, saltos, y lanzamientos, haciendo hincapié en determinadas cuestiones como la seguridad. (10 horas)

3. El calentamiento, la parte fundamental de la sesión y la vuelta a la calma. (5 horas)
4. Características técnicas y tácticas y reglamento de las pruebas de competición. Su preparación, desarrollo y obtención de resultados. (10 horas)
- 5.- Las fases de la formación atlética, con especial atención en las categorías inferiores (10 horas)
- 6.- Organización de la práctica deportiva en etapas de formación. La práctica de competiciones adaptadas para las categorías menores: KIDS ATHLETICS o JUGANDO AL ATLETISMO. (15 horas)

5.2. Temario de la asignatura

1. El atletismo como deporte, aspectos conceptuales, históricos y reglamentarios.
2. Etapas de formación: procesos de enseñanza aprendizaje según las distintas edades. El atletismo de iniciación: principales características que lo diferencian del atletismo de competición.
3. Las carreras lisas. Descripción y análisis técnico. Reglamentación. Progresión pedagógica.
4. Las carreras por relevos. Descripción y análisis técnico. Reglamentación. Progresión pedagógica.
5. Las carreras con vallas. Descripción y análisis técnico. Reglamentación. Progresión pedagógica.
6. Los saltos. Descripción y análisis técnico. Reglamentación. Progresión pedagógica
7. Los lanzamientos. Descripción y análisis técnico. Reglamentación. Progresión pedagógica.

6. Cronograma

6.1. Cronograma de la asignatura *

Sem	Actividad en aula	Actividad en laboratorio	Tele-enseñanza	Actividades de evaluación
1	Presentación Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral Introducción al Atletismo Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral			
2		Teorico-Practica de Saltos Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas El calentamiento en el deporte y el atletismo. Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas		Examen Teórico Introducción. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua No presencial Duración: 00:20
3		Practica de Saltos 1 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio Practica de Carrera 1 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio		
4		Practica de Saltos 2 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio Practica de Carrera 2 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio		
5		Practica de Saltos 3 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio Practica de Carrera 3 Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio		

6	<p>Practica de Saltos 4 Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Carrera 4 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p>Examen Práctico de Salida de Tacos EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 00:30</p> <p>Examen Práctico Saltos EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 00:30</p>
7	<p>Practica de Carrera 5 Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Teorico-Practica de Lanzamientos Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas</p>	<p>Examen Teórico Carreras ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua No presencial Duración: 00:20</p>
8	<p>Practica de Carrera 6 Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Lanzamientos 1 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p>Examen Práctico de Relevos EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 00:30</p>
9	<p>Teoría de Vallas Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p>Practica de Lanzamientos 2 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p>Evaluación de la Técnica de Carrera PRE-POST TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 10:00</p> <p>Examen Teórico de Vallas ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua No presencial Duración: 00:20</p>
10	<p>Practica de Lanzamientos 3 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Vallas 1 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	<p>Prácticas de Observación. Asistencia a una escuela de Atletismo TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 15:00</p>
11	<p>Practica de Lanzamientos 4 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Vallas 2 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>	

12		<p>Practica de Lanzamientos 5 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Vallas 3 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Examen Práctico Lanzamientos EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 00:30</p> <p>Video de Concepto de Atletismo a colgar en abierto en Youtube TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 05:00</p>
13		<p>Practica de Vallas 4 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p>Practica de Vallas 5 Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p>Examen Teórico de Concursos (Saltos y Lanzamientos) EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua Presencial Duración: 01:00</p> <p>Examen Práctico Vallas EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación continua Presencial Duración: 00:30</p>
14				<p>Entrega de portafolio con todas las actividades de evaluación TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua Presencial Duración: 00:10</p>
15				
16				
17				<p>Examen teórico Final EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 02:00</p> <p>Examen práctico final EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 02:00</p> <p>Entrega de portafolio para los estudiantes (Final) Incluye: Evaluación de la carrera PRE-POST y Video de Concepto de Atletismo a colgar en abierto en Youtube TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación sólo prueba final Presencial Duración: 00:10</p>

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.

7. Actividades y criterios de evaluación

7.1. Actividades de evaluación de la asignatura

7.1.1. Evaluación (progresiva)

Sem.	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
2	Examen Teórico Introducción.	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	00:20	5%	5 / 10	CE02
6	Examen Práctico de Salida de Tacos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	00:30	6%	5 / 10	CE10
6	Examen Práctico Saltos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	00:30	6%	5 / 10	CE10
7	Examen Teórico Carreras	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	00:20	5%	5 / 10	CE10 CE02
8	Examen Práctico de Relevos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	00:30	6%	5 / 10	CE10
9	Evaluación de la Técnica de Carrera PRE-POST	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	10:00	5%	5 / 10	CE02
9	Examen Teórico de Vallas	ET: Técnica del tipo Prueba Telemática	No Presencial	00:20	5%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
10	Prácticas de Observación. Asistencia a una escuela de Atletismo	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	15:00	10%	5 / 10	CE10 CE02 CE03

12	Examen Práctico Lanzamientos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	00:30	6%	5 / 10	CE02
12	Video de Concepto de Atletismo a colgar en abierto en Youtube	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	05:00	5%	5 / 10	CE02
13	Examen Teórico de Concursos (Saltos y Lanzamientos)	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:00	15%	5 / 10	CE10 CE02
13	Examen Práctico Vallas	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	00:30	6%	5 / 10	CE10
14	Entrega de portafolio con todas las actividades de evaluación	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	00:10	20%	5 / 10	CE10 CE02 CE03

7.1.2. Prueba evaluación global

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Examen teórico Final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	40%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
17	Examen práctico final	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	02:00	40%	5 / 10	CE10 CE02
17	Entrega de portafolio para los estudiantes (Final) Incluye: Evaluación de la carrera PRE-POST y Video de Concepto de Atletismo a colgar en abierto en Youtube	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	Presencial	00:10	20%	5 / 10	CE10 CE02 CE03

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
Examen Teorico Final	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:30	50%	5 / 10	CE10 CE02
Examen Práctico	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	50%	5 / 10	CE10

7.2. Criterios de evaluación

FORMAS DE EVALUACIÓN.

De acuerdo con la nueva normativa de evaluación de la UPM publicada en el BOUPM del 07 de junio de 2022, la evaluación final de la asignatura se podrá hacer por evaluación progresiva o global (consultar en <https://short.upm.es/c1hjj>). Se recomienda leer detalladamente el Artículo 12. Sistemas de evaluación en las asignaturas de las titulaciones. Este sistema recomienda y promueve la evaluación progresiva estableciendo pruebas y actividades de evaluación, y pruebas globales que permitan superar la asignatura si no se ha podido aprobar de manera progresiva. **IMPORTANTE:** No obstante, los sistemas de evaluación podrán exigir la participación obligatoria de los estudiantes en actividades que no puedan recuperarse si no se han llevado a cabo en el periodo docente, siempre que hayan sido incluidas en la guía de aprendizaje y su fecha de realización se concrete con, al menos, catorce días naturales de antelación?.

La forma de evaluación será una pregunta del cuestionario de identificación del alumno, siendo la evaluación por defecto la evaluación progresiva, a no ser que el alumno manifieste lo contrario.

1ª OPCIÓN: EVALUACION GLOBAL (Todo al final en las convocatorias ordinaria y extraordinaria oficiales del INEF). El/la estudiante realizará el examen final teórico y práctico de todos los contenidos del programa de la asignatura en la fecha determinada en la convocatoria oficial. **IMPORTANTE:** También deberá haber presentado a la fecha del examen de ordinaria o extraordinaria las actividades de evaluación que se consideren obligatorias (Ver esquema resumido en el punto 8). Si no se presentan estas actividades obligatorias de evaluación, la nota final será (N.P). A fecha de la publicación de estas normas las fechas de las convocatorias ordinarias y extraordinarias están publicadas en la web (<https://short.upm.es/qd88n>)

2ª OPCIÓN: EVALUACIÓN PROGRESIVA (Con pruebas de evaluación parcial). El/la estudiante tendrá la oportunidad de realizar evaluaciones parciales de los contenidos teóricos y prácticos del programa.

En esta modalidad de evaluación (Progresiva), se tendrá en cuenta la realización en tiempo y forma de las pruebas y actividades de evaluación. No presentarse a la prueba de evaluación, o no entregar en tiempo y forma la actividad de evaluación tendrá una penalización sobre la nota correspondiente a la actitud de dicha prueba o actividad del 50% del valor de la actividad de evaluación.

IMPORTANTE: Si no se realiza una prueba de evaluación parcial teórica o práctica podrá ser realizada en el examen global de la convocatoria ordinaria. Sin embargo, las calificaciones obtenidas durante la evaluación progresiva y global ordinaria, no serán guardadas para la evaluación extraordinaria a no ser que exista alguna condición excepcional (por ejemplo, lesión del alumno durante el desarrollo de la asignatura).

ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN.

La descripción de las pruebas de evaluación práctica son las siguientes:

- a. Salida de Tacos. Ejecución sin anticiparse a la orden de salida y a intensidad máxima de una salida de tacos en recta válida y técnicamente correcta (dos intentos a evaluar el mejor).
- b. Relevos. Ejecución a velocidad máxima de una entrega y recepción de testigo de un 4 x 100 metros, válida y técnicamente correcta, sin mirar atrás en el momento del cambio. La prueba se realizará en parejas y en la salida de una curva. L@s estudiantes se alternarán en las tareas de entrega y recepción (**IMPORTANTE:** habrá un sólo un intento para cada tarea)
- c. Salto de Longitud. Ejecución a máxima velocidad, de forma válida y con corrección de un salto de longitud con una técnica clara de ?extensión? o ?uno y medio?. La distancia de la línea de batida en chicas estará colocada a 3,00 m y en chicos a 4,00 m. La ejecución de los dos intentos como nulos o sin una de las dos técnicas propuestas se considerará automáticamente como suspensa. La longitud e intensidad del salto será considerada para determinar la nota de partida del examen (dos intentos a evaluar el mejor).
- d. Lanzamiento de Peso. Ejecución a la máxima intensidad, de forma válida y con corrección técnica, de un lanzamiento de peso con estilo lineal. El peso mínimo en chicas será de 3 kilos y en chicos de 5 kilos y la distancia mínima serán 5 metros. Se determinará un valor de partida para el lanzamiento realizado con pesos superiores, siendo el ?10? el peso de la categoría absoluta femenina y masculina. La longitud de lanzamiento será también considerada en el resultado final de la evaluación (dos intentos a evaluar el mejor).
- e) Carrera con Vallas. Paso de dos vallas con tres pasos de carrera, a velocidad máxima y partiendo de una carrera previa. En chicos el mínimo de ejecución se establece en vallas de 0,84 m con una separación de 7,00 m. En chicas el mínimo de ejecución serán obstáculos de 0,50 m, con una separación de 6,50 m. Todo estudiante que no realice la prueba sobre estos mínimos estará automáticamente suspenso. Se establecerá un gradiente progresivo de dificultad para establecer la nota de partida del/la estudiante en la evaluación de la prueba (dos intentos a evaluar el mejor).

ACTIVIDAD DE OBSERVACIÓN (10 horas de Trabajo Autónomo + 5 horas de desplazamientos). Únicamente los alumnos de evaluación progresiva realizarán una actividad con el fin de incrementar la experiencia práctica del/la estudiante en el atletismo: Los/as estudiantes deberán de observar el trabajo de que realizan los niños en una

Escuela de Atletismo El/la estudiante deberá justificar la asistencia como observador a 10 horas de trabajo en cualquier Escuela de Atletismo (municipal, de club o escolar) con niñ@s inferiores a la categoría Cadete. La elección de la Escuela de Atletismo y la realización de las observaciones se realizarán en el lugar del territorio nacional o internacional que el/la estudiante decida. Se distribuirá a través de la web oficial de la asignatura, una carta informativa sobre la actividad para los responsables de la escuela, que llevará adjunto un formulario de aceptación de la responsabilidad de evaluación, y un formulario para la evaluación de las observaciones, que deberán ser firmados por el monitor-entrenador de la Escuela.

+ El formulario de aceptación de la responsabilidad de evaluación deberá ser entregado online tras ser impreso en papel por el alumno y convenientemente firmado por el tutor seleccionado por el/la estudiante dentro de los primeros 30 días del curso. Si no se entregara este documento dentro del plazo determinado la calificación en las prácticas de observación será de ?NP? y tendrá la consecuente reducción de la nota en la actitud.

+ El formulario de evaluación de las observaciones de el/la estudiante firmado por el tutor del club o escuela de atletismo será entregado escaneado y entregado online hasta 5 días después de la firma por parte del tutor. Dicho formulario se encuentra colgado en la web de la asignatura en ?Estudios de Grado?.

IMPORTANTE: Sólo se aceptarán documentaciones que sean aportadas online. No se admitirán documentos entregados por email o en el buzón del profesor.

TRABAJOS. El/la estudiante deberá realizar varios trabajos a lo largo de la asignatura:

1. Informe sobre la Escuela de Atletismo (10 horas de Trabajo autónomo. Sólo estudiantes por progresiva).

Tras realizar la observación de la escuela. El/la estudiante deberá cumplimentar un cuestionario que será publicado en la web de la asignatura y que contendrá unos datos sobre la Escuela y una evaluación de determinados aspectos didácticos y metodológicos, así como breves comentarios personales sobre la práctica. Será entregado online hasta 5 días después de la finalización de la práctica.

2. Exámenes ?online? (5 horas. Solo estudiantes por progresiva). TRABAJO COLECTIVO. Irán apareciendo algunos cuestionarios en la web que asegurarán el seguimiento correcto de cada uno de los temas del programa por parte del/la estudiante. Dichos cuestionarios deberán se cumplimentados hasta dos días después de la impartición de la última clase teórica correspondiente. Deberán ser cumplimentados por los grupos de trabajo hasta dos días después de la sesión teórica. En caso contrario, serán considerados como ?no presentados?. IMPORTANTE: Solo se evaluará el primero de los exámenes entregados y habrá un único intento para realizarlo. La nota será la misma para todos los miembros del grupo de trabajo.

3. Trabajo de edición de vídeos (15 horas. Obligatorios tanto para evaluación progresiva como para global). Con el fin transferir los conocimientos aprendidos durante la asignatura, l@s estudiantes deberán realizar dos trabajos sobre diferentes contenidos de la asignatura.

c-3.1) **Video sobre calentamiento o sobre un concepto técnico (5 horas).** L@s estudiantes deberán de elegir un tema original e interesante de entre todos los incluidos en la asignatura y editar un video de máximo 60 minutos. El video deberá de comenzar con la identificación personal de el/la propi@ estudiante, dejando claro que es para ser evaluado en la asignatura de atletismo del INEF (ejemplo: ?Hola, soy Manuel Sillero y presento este

video para ser evaluado en la asignatura de atletismo de 1º de INEF). El resultado del trabajo será colgado por el/la estudiante en un canal personal de Youtube. El link de acceso al mismo será aportado online en el repositorio de trabajos antes de la revisión de los mismos.

c-3.2) **Video de análisis de la técnica de carrera PRE-POST sesiones prácticas (10 horas).** Al final de la primera y última sesión práctica de técnica de carrera el/la estudiante deberá de realizar una grabación de la técnica de carrera al menos a 60 fps con un sistema de referencia en el fondo, y la grabación de un cronómetro a la misma velocidad. Con esos se procederá a un análisis del ciclo de carrera PRE- y POST-entrenamiento y se realizará una comparativa. Posteriormente, el/la estudiante procederá a colocar los resultados del trabajo en un ?drive? en abierto y los links de acceso al mismo serán incluidos en el repositorio de trabajos online antes de la revisión de los mismos

IMPORTANTE: Para identificar a los autores de los videos se utilizará el número que aparece en el listado definitivo de estudiantes de clase que será publicado en la página de la asignatura cuando esté completada y que contendrá los contenidos a desarrollar por cada estudiante.

Todas las actividades de evaluación serán presentadas en el ?Portafolio de actividades de evaluación?, que tendrá que ser realizada por todos l@s estudiantes, tanto de evaluación global como de progresiva, en la que se presentarán, revisarán y defenderán los trabajos en una tutoría de 5 minutos con el profesor Manuel Sillero, a la que se tendrán que apuntar junto con su grupo de trabajo en un cuadrante de citas que será publicado en el tablón de anuncios o Novedades de la página de ?Estudios de Grado? de la asignatura, con la debida antelación y que será informado a todos los alumnos mediante el email de ?@alumnos.upm.es?

Los porcentajes establecidos para de cada una de las partes de la evaluación progresiva son:

Teórico (35% *) + Práctico (35%*) + Trabajos de el/la estudiante (30%*) * Es obligatorio obtener una puntuación mínima de 5/10 y realizar todos los trabajos y tareas para hacer media.

Los porcentajes establecidos para de cada una de las partes de la evaluación global son:

Teórico (40% *) + Práctico (40%*) + Trabajos de el/la estudiante (20%*) * Es obligatorio obtener una puntuación mínima de 5/10 y realizar todos los trabajos y tareas para hacer media.

RECORDATORIO: Si no se realiza o no se supera una prueba o actividad de evaluación parcial teórica o práctica podrá ser realizada o aportada en el examen global de la convocatoria ordinaria. Sin embargo, las calificaciones obtenidas durante la evaluación progresiva y global ordinaria, no serán guardadas para la evaluación

extraordinaria a no ser que exista alguna condición excepcional (por ejemplo, lesión del alumno durante el desarrollo de la asignatura).

IDIOMA DE EVALUACIÓN. La evaluación teórica de la asignatura se realizará en español y/o inglés, en función del profesor que la imparta. El/la estudiante podrá contestar siempre en español; sin embargo, debido al carácter bilingüe de la asignatura, el/la estudiante que opte por contestar en español el examen de la parte impartida en inglés, tendrá una reducción del 10% del valor de la pregunta que debiera ser contestada en inglés.

8. Recursos didácticos

8.1. Recursos didácticos de la asignatura

Nombre	Tipo	Observaciones
Estudios de Grado	Recursos web	Los contenidos serán colgados en la plataforma "estudios de grado" de la UPM
Apuntes	Otros	Apuntes de la asignatura colgados en "Estudios de Grado"
Bibliografía	Bibliografía	Bibliografía recomendada en los apuntes de la asignatura

9. Otra información

9.1. Otra información sobre la asignatura

CONTENIDOS

Los contenidos a desarrollar serán los expresados en la guía de la asignatura, que pueden ser consultados en la página web del INEF. Sin embargo, de manera extraordinaria, se podrían añadir algunos contenidos suplementarios para completar o actualizar el programa. Los contenidos teóricos de la asignatura serán publicados en ?Estudios Oficiales - UPM?. Existe una guía básica para ayudar al estudiante a utilizar la plataforma de acceso a Estudios Oficiales de la UPM, que se puede encontrar en la siguiente dirección: http://serviciosgate.upm.es/docs/moodle/guia_alumno.pdf

La asignatura ?Fundamentos de los deportes: Atletismo? es bilingüe (español e inglés), por lo que parte de los contenidos de los que es responsable el profesor Manuel Sillero (Temas 1 a 5), tanto teóricos como prácticos, serán impartidos en inglés. Los contenidos del profesor Jesús Oliván (Temas 6 y 7) serán impartidos en español.

La distribución y cuantificación del trabajo del/la estudiante en la asignatura en función de la normativa de créditos ECTS está reflejada en la guía y fichas de la asignatura que aparecen en la página de Estudios Oficiales de la asignatura

LOS GRUPOS DE TRABAJO.

Algunas pruebas de evaluación obligatorias de la modalidad progresiva serán realizadas en ?grupos de trabajo?, los cuales deberán estar constituidos obligatoriamente por 5 ó 6 estudiantes de la misma clase que estén realizando la evaluación progresiva (IMPORTANTE 5 ó 6!!!. Ni más ni menos). MUY IMPORTANTE: El hecho de no pertenecer a un grupo de trabajo de 5 ó 6 integrantes imposibilitará que el/la estudiante sea evaluado mediante evaluación progresiva. No se podrá cumplimentar la identificación del estudiante hasta que no se hayan constituidos los grupos de trabajo, por lo que SE RECOMIENDA QUE LOS GRUPOS DE TRABAJO SEAN CONSTITUIDOS EN LA PRIMERA SESION DE PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA.

Una vez estén constituidos los grupos de trabajo, el/la estudiante solo podrá abandonarlo o formar parte de este cuando cuente con la autorización firmada de todos los miembros del equipo y dicha autorización sea enviada a través del registro electrónico de la UPM (ó equivalente según normativa vigente), a Manuel Sillero Quintana, INEF Madrid, Calle Martín Fierro, 7, 28040, Madrid. El estudiante guardará siempre una copia de dicho trámite como evidencia de la acción en posibles reclamaciones y entregará una copia del mismo a manuel.sillero@upm.es para

que este informado del inicio del trámite.

Los grupos de trabajo deberán elegir un/a responsable del grupo de trabajo que será el/la encargado/a de coordinarse con el resto de I@s responsables de grupo de trabajo para auto-asignarse el número de grupo de trabajo correspondiente (del 1 al 8). En caso de que el grupo de trabajo tenga alguna duda será el/la responsable del grupo de trabajo quien plantee la duda al profesor de la asignatura para solventarla. Si hubiera algún problema entre I@s integrantes del grupo, el/la primer/a responsable de mediar en el problema será el/la responsable del grupo de trabajo, si esta vía de resolución del problema no funcionara, intervendría el profesor a petición del/la responsable del grupo de trabajo.

IDENTIFICACIÓN DEL/LA ESTUDIANTE.

Dentro de los 10 días posteriores al comienzo del curso, el/la estudiante deberá de identificarse cumplimentando el cuestionario diseñado para ello en [?google docs? https://forms.gle/JkoU5Vbk8nx2TkoR8](https://forms.gle/JkoU5Vbk8nx2TkoR8), el cual incluirá una foto de cara del/la estudiante, sin gafas, en la que sea perfectamente reconocible. Todos I@s estudiantes deberán cumplimentar este cuestionario de identificación [?online?](#), que es crucial para el desarrollo de la asignatura, pues servirá para confeccionar la lista definitiva de estudiantes de clase, incluyendo hipotéticos cambios de la lista oficial. **MUY IMPORTANTE 1:** Es imprescindible establecer los grupos de trabajo y elegir a el/la estudiante responsable del grupo de trabajo antes de cumplimentar la identificación online, pues son datos obligatorios que se deben cumplimentar en el cuestionario. **MUY IMPORTANTE 2:** No identificarse completamente mediante el cuestionario [?online?](#) dentro del plazo establecido imposibilitará evaluación progresiva por parte del/la estudiante, quien iría a la evaluación global en las fechas establecidas en el calendario de evaluación ordinaria y extraordinaria. **MUY IMPORTANTE 3:** Guardar el email de confirmación recibido para realizar posibles cambios y justificar la cumplimentación del mismo.

ASISTENCIA.

Se recomienda encarecidamente la asistencia a todas las sesiones programadas (prácticas y teóricas) ya que durante las mismas se realizan pruebas o actividades de evaluación progresiva, algunas de las cuales son obligatorias para los estudiantes de la evaluación global. Las sesiones programadas están publicadas la página de Estudios de Grado de la UPM, pero hay que recordar que el orden de las sesiones de evaluación programadas puede ser modificado por razones de coordinación interna de la asignatura o por cuestiones climatológicas. El hecho de padecer una lesión no exime a el/la estudiante de asistir a las clases prácticas con la vestimenta adecuada y participar en las actividades que pueda realizar, y de colaborar al máximo en el desarrollo de la sesión.

Únicamente para I@s estudiantes que tengan una discapacidad permanente, debidamente documentada, la cual les impida realizar cualquier tipo de actividad o prueba de evaluación, el profesor establecerá una alternativa para

poder superar la asignatura (adaptación curricular).

MUY IMPORTANTE: L@s estudiantes que decidan realizar la evaluación global no tienen obligación de asistir a las clases teóricas ni prácticas; sin embargo, tendrán obligación de presentar todas las actividades de evaluación obligatorias que son preparadas o explicadas en clase y se encuentran en la guía y/o en las normas de la asignatura. Por ello, se recomienda encarecidamente que asistan a clase en la medida de sus posibilidades, o se informen de los contenidos impartidos las mismas para, de manera autónoma y antes de la fecha de la evaluación global, realizar las actividades de evaluación siguiendo las instrucciones e información proporcionadas durante el curso (a través de ?Estudios de Grado? y/o por el email oficial del/la estudiante UPM).

NOTA: En el caso de suspenderse de manera excepcional las clases de manera oficial por parte de la Universidad o Facultad, las clases se impartirán ONLINE y se podrán realizar modificaciones de esta normativa que serán informadas al estudiante mediante correo electrónico.

MATERIAL, VESTUARIO Y ACTITUD.

Para el desarrollo de las prácticas de la asignatura se precisará que l@s estudiantes asistan con el vestuario deportivo apropiado para la participación en las mismas. No se podrá realizar la práctica si el/la estudiante asiste con ropa de calle. El/la estudiante deberá prestar especial atención al calzado debido al riesgo incrementado de lesión que supone la utilización de una zapatilla deportiva no adecuada para la práctica del atletismo. **IMPORTANTE:** No se considerará válida la prueba o actividad de evaluación que no se lleve a cabo con el vestuario adecuado.

De acuerdo con las actuales normas e la asignatura la entrega de justificantes de faltas de asistencia deja de tener sentido. Aun así, si algún/a estudiante desea presentar algún justificante de asistencia lo deberá de hacer en el siguiente link: <https://forms.gle/voVdXz3QkcWQ5fXQ9>

Durante las clases no se podrá utilizar ningún tipo de dispositivo electrónico (por ejemplo: móvil, ordenador, tableta, cámara o grabadora) excepto cuando el profesor lo requiera para el desarrollo de las clases. Durante las clases, los dispositivos quedarán guardados y en silencio en el interior de la bolsa personal. En el caso de existir una urgencia en que el dispositivo este encendido y cerca del/la estudiante por una situación excepcional deberá informar de tal urgencia al profesor antes del comienzo de la clase.

El/la estudiante que deberá de comportarse en clase de manera responsable y respetuosa con el profesor y sus compañeros. De acuerdo con las directrices del departamento de Deportes, cualquier actitud inadecuada será apercibida. Un segundo apercibimiento será considerado como falta grave y tramitado de acuerdo con la normativa de la UPM.

TUTORÍAS.

Cualquier consulta sobre la asignatura u otro tema particular o personal, estamos a vuestra disposición, en el despacho 108 (ó Manuel Sillero en el Vicedecanato de Calidad, Internacionalización y sostenibilidad en la 4ª Planta; Jesús Olivan en el despacho de Vicedecano de Internacional en la cuarta planta en los horarios establecidos. Por favor, si vais a necesitar alguna tutoría avisad con antelación de la visita por email (manuel.sillero@upm.es, jesus.olivan@upm.es). Como responsable de la asignatura de Atletismo, podéis contactar conmigo por teléfono móvil (Manuel Sillero: 687044034).