



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

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.....	3
5. Descripción de la asignatura y temario.....	4
6. Cronograma.....	14
7. Actividades y criterios de evaluación.....	20
8. Recursos didácticos.....	26
9. Otra información.....	31

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 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 *
Carlos Alberto Cordente Martinez (Coordinador/a)	Dpto Deportes	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
- Metodología Del Entrenamiento Deportivo Y Acondicionamiento Físico
- Biomecánica De La Afyd
- Atletismo
- Tecnificación En Deporte: Atletismo
- 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.
- Es conveniente conocer las bases de los movimientos olímpicos de la Halterofilia.

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 en aula	Actividad en laboratorio	Tele-enseñanza	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>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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 No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<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 No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p>

				<p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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 alumno deberá responder a cuantas preguntas se le planteen acerca de un vídeo atlético. ET: Técnica del tipo Prueba Telemática Evaluación continua No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<p>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 Evaluación continua No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<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 No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<p>Entrega de material elaborado de forma artesanal OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>		<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 No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial</p>

				Duración: 00:05
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>		<p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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 No presencial Duración: 02:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p>
12	<p>Entrenamiento de las capacidades de salto y lanzamiento Duración: 02:00 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>			<p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>	<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 No presencial Duración: 01:00</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</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>Actividad de evaluación progresiva transversal 1 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p> <p>Actividad de evaluación progresiva transversal 2 OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación continua Presencial Duración: 00:05</p>
16			<p>Elaboración de un cuaderno de ejercicios TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 12:00</p> <p>Elaboración de apuntes TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo Evaluación continua No presencial Duración: 08:00</p> <p>Autoevaluación Técnica TI: Técnica del tipo Trabajo Individual Evaluación continua No presencial Duración: 05:00</p> <p>Examen teórico (evaluación progresiva) EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación continua Presencial Duración: 02:00</p>

17				<p>Prueba recopilatoria de actividades obligatorias (actividades de evaluación progresiva transversal, actividades virtuales, apuntes de la asignatura, autoanálisis técnico, cuaderno de ejercicios y entrega de material artesanal)</p> <p>OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 02:00</p> <p>Examen teórico (evaluación global)</p> <p>OT: Otras técnicas evaluativas Evaluación sólo prueba final No presencial Duración: 02:00</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
1	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
1	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
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	2%	5 / 10	CG03 CE08 CE01 CE04 CE07
2	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
2	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
3	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	2%	5 / 10	CG03 CE08 CE01 CE04 CE07
3	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
3	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
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	No Presencial	02:00	2%	5 / 10	CE08 CE09 CE01 CE02 CE07

4	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
4	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
5	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
5	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
6	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	2%	5 / 10	CE08 CE09 CE01 CE07
6	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
6	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
7	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	3%	5 / 10	CE08 CE09 CE01 CE07
7	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
7	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
8	Entrega de material elaborado de forma artesanal	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	02:00	0%	5 / 10	CG10 CG02
8	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
8	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
9	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	3%	5 / 10	CE08 CE09 CE01 CE07

9	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
9	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
10	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
10	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
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	No Presencial	02:00	3%	5 / 10	CG03 CE08 CE01 CE04 CE07
11	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
11	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
12	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
12	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
13	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
13	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
14	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	01:00	3%	5 / 10	CG03 CE08 CE01 CE04 CE07
14	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
14	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	

15	Actividad de evaluación progresiva transversal 1	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	CG10 CG11 CG02
15	Actividad de evaluación progresiva transversal 2	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	00:05	.5%	5 / 10	
16	Elaboración de un cuaderno de ejercicios	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	12:00	15%	5 / 10	CG11 CG01 CG03 CE02 CE03 CE04 CE07
16	Elaboración de apuntes	TG: Técnica del tipo Trabajo en Grupo	No Presencial	08:00	10%	5 / 10	CG03
16	Autoevaluación Técnica	TI: Técnica del tipo Trabajo Individual	No Presencial	05:00	15%	5 / 10	CE08
16	Examen teórico (evaluación progresiva)	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	25%	4 / 10	CG11 CG01 CE08 CE09 CE01 CE02 CE03 CE04 CE07

7.1.2. Prueba evaluación global

Sem	Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
17	Prueba recopilatoria de actividades obligatorias (actividades de evaluación progresiva transversal, actividades virtuales, apuntes de la asignatura, autoanálisis técnico, cuaderno de ejercicios y entrega de material artesanal)	OT: Otras técnicas evaluativas	No Presencial	02:00	75%	5 / 10	CG10 CG11 CG01 CG02 CG03 CE08 CE09 CE01 CE02 CE03 CE04 CE07

17	Examen teórico (evaluación global)	OT: Otras técnicas evaluativas	No Presencial	02:00	25%	4 / 10	CG01 CE08 CE09 CE01 CE02 CE03 CE04 CE07
----	------------------------------------	--------------------------------	---------------	-------	-----	--------	--

7.1.3. Evaluación convocatoria extraordinaria

Descripción	Modalidad	Tipo	Duración	Peso en la nota	Nota mínima	Competencias evaluadas
Prueba recopilatoria de actividades obligatorias (actividades de evaluación progresiva transversal, actividades virtuales, apuntes de la asignatura, autoanálisis técnico, cuaderno de ejercicios y material artesanal)	OT: Otras técnicas evaluativas	Presencial	02:00	75%	5 / 10	CG10 CG01 CG02 CG03 CE08 CE09 CE01 CE02 CE03 CE04 CE07
Examen teórico	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	02:00	25%	4 / 10	CG01 CE08 CE09 CE01 CE02 CE03 CE04 CE07

7.2. Criterios de evaluación

Todas las actividades de evaluación se consideran irrenunciables para poder aprobar la asignatura; por ello, en caso de no aprobar por evaluación progresiva, tanto la prueba global como la evaluación extraordinaria supondrán tener que superar todas aquellas actividades de evaluación que hubieran quedado pendientes en la evaluación progresiva.

Para aquellos/as alumnos/as que recurran a las pruebas de evaluación global, no se guardará la nota del examen teórico de la evaluación progresiva.

Para aquellos/as alumnos/as que recurran a las pruebas de evaluación extraordinaria, no se guardará la nota del examen teórico de la evaluación global pero, si lo desean, sí la del examen de la evaluación progresiva en el caso de que esta hubiera sido igual o superior a 4.

Las actividades de evaluación progresiva transversales corresponderán a la evaluación que el profesor hará diariamente en relación a la actitud y el nivel de participación del alumno/a en clase como elementos transversales que son. Los criterios que se tendrán en cuenta para la citada evaluación diaria serán los que siguen:

EN LAS SESIONES TEÓRICAS

Se valorará el nivel de implicación del alumno en la clase con una nota que irá de 0 a 10

- 0: No ha asistido a clases o ha asistido pero su comportamiento ha sido considerado negativo.

- 5: Ha asistido a clase con un nivel de implicación medio.

- 10: Ha asistido a clase con un alto nivel de implicación.

EN LAS SESIONES PRÁCTICAS

Se valorará de 0 a 10 puntos tanto la participación activa del alumno en la clase como su del nivel de implicación.

- 0: No ha asistido a clases o ha asistido pero su comportamiento ha sido muy negativo o absolutamente pasivo (no realiza la práctica ni tampoco atiende al profesor).

- 2,5: Ha asistido a clase sin realizar la práctica, pero su comportamiento ha sido pasivo si bien ha atendido y no ha molestado.

- 5:

o Ha asistido a clase, pero, aunque no ha realizado la práctica, ha tenido un nivel de implicación correcto en la clase.

o Ha asistido a clase y realizado la práctica, aunque con escasa implicación en la clase.

- 7,5: Ha asistido a clase y realizado la práctica con un nivel de implicación media.

- 10: Ha asistido a clase y ha realizado la práctica con un alto nivel de implicación.

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	

Atleticastudi	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	
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 a modificar el cronograma de la asignatura ante eventuales situaciones de crisis sanitaria o de cualquier otra naturaleza que obliguen a realizar una mayor proporción de docencia virtual. Dichos cambios se realizarán siempre en la búsqueda de conseguir la mayor calidad docente posible con el fin de optimizar el proceso de enseñanza-aprendizaje.

El profesor se reserva el derecho de cambiar el cronograma de la asignatura si lo estima conveniente 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.