



UNIVERSIDAD  
POLITÉCNICA  
DE MADRID

PROCESO DE  
COORDINACIÓN DE LAS  
ENSEÑANZAS PR/CL/001



Facultad CC. Actividad Física y  
Deporte

# 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

2025/26 - Segundo 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.....	9
8. Recursos didácticos.....	15
9. Otra información.....	16

## 1. Datos descriptivos

---

### 1.1. Datos de la asignatura

<b>Nombre de la asignatura</b>	115100010 - Atletismo
<b>No de créditos</b>	4 ECTS
<b>Carácter</b>	Obligatoria
<b>Curso</b>	Primer curso
<b>Semestre</b>	Primer semestre Segundo semestre
<b>Período de impartición</b>	Febrero-Junio
<b>Idioma de impartición</b>	Castellano
<b>Titulación</b>	11AF - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
<b>Centro responsable de la titulación</b>	11 - Facultad Cc. Actividad Física Y Deporte
<b>Curso académico</b>	2025-26

## 2. Profesorado

---

### 2.1. Profesorado implicado en la docencia

<b>Nombre</b>	<b>Despacho</b>	<b>Correo electrónico</b>	<b>Horario de tutorías</b> *
Jesus Olivan Mallen	Vicedecanato	jesus.olivan@upm.es	M - 09:00 - 11:00 J - 10:00 - 12:00
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

Jose Antonio Garcia De Mingo	108	joseantonio.garcia@upm.es	X - 08:00 - 09:30 X - 11:00 - 12:30 J - 10:00 - 13:30
------------------------------	-----	---------------------------	---

\* 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. (55 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. (15 horas)

3. Características técnicas y tácticas y reglamento de las pruebas de competición. Su preparación, desarrollo y obtención de resultados. (10 horas)

4.- Las fases de la formación atlética, con especial atención en las categorías inferiores (10 horas)

5.- Organización de la práctica deportiva en etapas de formación. La práctica de competiciones adaptadas para las categorías menores: KIDS ATHLETICS o JUGANDO AL ATLETISMO. (10 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 tipo 1	Actividad tipo 2	Tele-enseñanza	Actividades de evaluación
1		<p><b>Presentación</b> Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Introducción al Atletismo</b> Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p>		
2		<p><b>Teoría de Carreras</b> Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 1</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
3		<p><b>Practica de Carrera 1</b> Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Grabación de Carrera -PRE para el portafolio</b> Duración: 00:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 2</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
4		<p><b>Practica de Carrera 2</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 3</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
5		<p><b>Practica de Carrera 3</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 4</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

6		<p><b>Practica de Carrera 4</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 5</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
7		<p><b>Practica de Relevos 1</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Saltos 6</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p><b>Examen Práctico de Saltos</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación Progresiva Presencial Duración: 01:30</p>
8		<p><b>Practica de Relevos 2</b> Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Grabación de Relevos para el portafolio</b> Duración: 00:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p><b>Examen práctico de Santos</b> Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p>		<p><b>Examen Teórico de Saltos</b> EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación Progresiva Presencial Duración: 01:30</p>
9		<p><b>Teoría de Vallas</b> Duración: 01:30 LM: Actividad del tipo Lección Magistral</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 1</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
10		<p><b>Practica de Vallas 1</b> Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Grabación de Carrera -POST para el portafolio</b> Duración: 00:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 2</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		

11		<p><b>Practica de Vallas 2</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 3</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
12		<p><b>Practica de Vallas 3</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 4</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
13		<p><b>Practica de Vallas 4</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 5</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		
14		<p><b>Practica de Vallas 5</b> Duración: 01:00 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p> <p><b>Grabación de Vallas para el portafolio</b> Duración: 00:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p><b>Teórico Práctica de Lanzamientos 6</b> Duración: 01:30 PL: Actividad del tipo Prácticas de Laboratorio</p>		<p><b>Examen Práctico de Lanzamientos</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación Progresiva Presencial Duración: 01:30</p>
15		<p><b>Entrega del portafolio con todas las actividades de evaluación evaluables</b> Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p> <p><b>Examen Teórico de Lanzamientos</b> Duración: 01:30 OT: Otras actividades formativas / Evaluación</p>		<p><b>Examen Teórico de Lanzamientos</b> EX: Técnica del tipo Examen Escrito Evaluación Progresiva Presencial Duración: 01:30</p>
16				<p><b>Revisión del Portafolio (Exámenes Teóricos Introducción, Carreras y Vallas)</b> PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo Evaluación Progresiva Presencial Duración: 00:30</p> <p><b>Revisión del Portafolio (Actividades Evaluables)</b> PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo Evaluación Progresiva</p>

				<p>Presencial Duración: 00:30</p> <p><b>Revisión del Portafolio (Exámenes Prácticos Tacos, Relevos y Vallas)</b> PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo Evaluación Progresiva Presencial Duración: 00:30</p>
17				<p><b>Exámenes Teóricos</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación Global Presencial Duración: 01:30</p> <p><b>Exámenes Prácticos</b> EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas Evaluación Global Presencial Duración: 01:30</p> <p><b>Revisión del portafolio (Actividades Evaluables)</b> PI: Técnica del tipo Presentación Individual Evaluación Global No presencial Duración: 00:30</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
7	Examen Práctico de Saltos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	7%	5 / 10	CE03 CE10 CE02
8	Examen Teórico de Saltos	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:30	7%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
14	Examen Práctico de Lanzamientos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	7%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
15	Examen Teórico de Lanzamientos	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:30	7%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
16	Revisión del Portafolio (Exámenes Teóricos Introducción, Carreras y Vallas)	PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo	Presencial	00:30	21%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
16	Revisión del Portafolio (Actividades Evaluables)	PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo	Presencial	00:30	30%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
16	Revisión del Portafolio (Exámenes Prácticos Tacos, Relevos y Vallas)	PG: Técnica del tipo Presentación en Grupo	Presencial	00:30	21%	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	Exámenes Teóricos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	35%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
17	Exámenes Prácticos	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	35%	5 / 10	CE03 CE10 CE02
17	Revisión del portafolio (Actividades Evaluables)	PI: Técnica del tipo Presentación Individual	No Presencial	00:30	30%	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	EX: Técnica del tipo Examen Escrito	Presencial	01:30	40%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
EXAMEN PRACTICO	EP: Técnica del tipo Examen de Prácticas	Presencial	01:30	40%	5 / 10	CE10 CE02 CE03
REVISIÓN DEL PORTAFOLIO (Análisis PRE-POST y Video del Concepto Técnico)	PI: Técnica del tipo Presentación Individual	Presencial	00:30	20%	5 / 10	CE10 CE02 CE03

## 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/c1hnj>). 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. 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: 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 ésta 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 y, por lo tanto, la calificación de esta prueba será de ?0?. La única excepción a este criterio son los exámenes de evaluación teóricos y prácticos, que solo podrán ser realizados en el momento programado, y la no realización de un examen será calificada como ?No Presentado? (N.P.), nunca como un ?0?.

**IMPORTANTE: Si no se realiza una prueba de evaluación parcial teórica o práctica durante la evaluación progresiva, está 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).**

**En estos casos, el coordinador de la asignatura (Manuel Sillero) expedirá un documento que contenga las calificaciones guardadas para la siguiente convocatoria, el cual deberá ser solicitado por el alumno tras publicarse las notas de la convocatoria correspondiente.**

**2ª 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>)

**Importante: Un alumno que vaya por evaluación global no podrá realizar ningún examen parcial durante la**

**evaluación progresiva. Deberán de ser realizadas todos los exámenes y entregarse todas las actividades evaluables obligatorias en la convocatoria ordinaria o extraordinaria.**

### **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 propuesta durante las clases y trabajada en la propuesta de progresión metodológica de enseñanza del salto de longitud. Los estudiantes deberán coger 10 pasos de carrera de impulso como mínimo. La tabla o línea de batida estará situada a 1 ó 2 m. Los estudiantes dispondrán de dos intentos. La ejecución de los dos intentos como nulos se considerará automáticamente como suspensa.
- 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 70% 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 que se realiza con 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 con edades 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 (actividad evaluable de progresiva) dentro del plazo determinado la calificación en las prácticas de observación será de ?NP?. Si una vez informado el estudiante solventa este problema fuera del plazo establecido la nota en esta actividad evaluable será de ?0? puntos..

+ El formulario de evaluación de las observaciones de el/la estudiante firmado por el tutor del club o escuela de atletismo (actividad evaluable de evaluación progresiva) será entregado de forma física y original (no copia impresa o fotocopia) en la revisión del portafolio firmado a mano por el/la monitor/a o entrenador/a de la escuela a la que haya asistido el/la estudiante. 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 base será la misma para todos los miembros del grupo de trabajo, pero durante la revisión del portafolio se realizará un ajuste de la misma por parte de todos los miembros del grupo de trabajo. En dicha revisión del portafolio, todos los miembros del equipo de trabajo evaluarán de ?0? a ?10? su grado de participación y el del resto de sus compañeros en las actividades de evaluación, estableciéndose un coeficiente entre 0,0 y 1,0, con la nota media de dicha evaluación de todos los miembros del grupo de trabajo (Por ejemplo: 0 = 0,0; 5 = 0,5 y 10 = 1,0); de tal forma que el alumno podría llegar a suspender la evaluación si la nota de los exámenes teóricos ?online? multiplicada por dicho coeficiente fuera menor que 5,0.

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

c-3.1) Video sobre un concepto técnico (5 horas). L@s estudiantes deberán de elegir un concepto entre todos los incluidos en la asignatura y editar un video de máximo 60 segundos. 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 (en abierto al menos durante la revisión del portafolio) 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 estos videos 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 (ordinaria) son:**

Teórico (35% \*) + Práctico (35%\*) + Trabajos de el/la estudiante (30%\*)

\* Es obligatorio obtener una puntuación mínima de 5/10 en TODOS LOS EXAMENES TEÓRICOS Y PRACTICOS y realizar todos los trabajos y tareas evaluables para hacer media. Los trabajos y tareas evaluables entregadas fuera de plazo (que no los exámenes teóricos y prácticos) serán evaluadas con ¿0? puntos, aunque en este caso podrá hacerse la media aunque alguno de los trabajos sean calificados con un ¿0?. La no entrega de algún trabajo o actividad evaluable (N.P.) imposibilitará la evaluación progresiva del alumno, que tendrá que presentarse a la convocatoria global extraordinaria.

Los porcentajes establecidos para cada una de las partes de la evaluación global (ordinaria y extraordinaria) 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. .

La no entrega de algún trabajo o actividad evaluable (N.P.) imposibilitará la evaluación del alumno (Calificación ?N.P.?).

**RECORDATORIO:** Si no se realiza o no se supera algún examen parcial teórico o práctico o actividad evaluable podrá ser realizado o aportada en el examen global o la revisión del portafolio 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). (Ver parte superior de la página 2 de estas normas)

**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

**2.- 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](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 de los profesores profesor Jesús Olivan y Jose Antonio García de Mingo (Temas 6 y 7) serán impartidos en español.

#### 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 constituido 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](mailto: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 l@s responsables de grupo de trabajo para auto-asignarse el número de grupo de trabajo correspondiente (del 1 al 7). IMPORTANTE: 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 l@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 de sol, en la que sea perfectamente reconocible. Todos l@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 enviado por Google 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 l@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.

### **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.

## TUTORÍAS.

Cualquier consulta sobre la asignatura u otro tema particular o personal, estamos a vuestra disposición, en el despacho 108 (Jesús Oliván 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, joseantonio.garcia@upm.es). Como responsable de la asignatura de Atletismo, podéis contactar conmigo por teléfono móvil (Manuel Sillero: 687044034).