

GUÍA DOCENTE

2014/15

Centro

135 - Facultad de Educación y Deporte. Sección Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Ciclo

Indiferente

Plan

GDEPOR10 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Curso

2º curso

ASIGNATURA

25774 - Fundamentos de Atletismo y Natación

Créditos ECTS : 9

DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

Las competiciones atléticas y acuáticas, tan antiguas como la humanidad, conforman dos de los deportes más carismáticos y trascendentes del fenómeno deportivo. La comprensión de sus técnicas, fundamentada en aspectos biomecánicos y fisiológicos, y su preparación, unida a su carácter utilitario, aportarán al alumno un bagaje y perspectiva esenciales en su formación.

Competencias de la titulación

G001 Conocer y comprender el objeto de estudio de las CCAFD (Ciencias De la Actividad Física y del Deporte): las actividades físico-deportivas en todos los ámbitos de la motricidad humana.

G007 Conocer y comprender los fundamentos del deporte.

Competencias TRANSVERSALES

G020 Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo. (2.2; 2.3)

Competencias propias:

- 1.- Conocer y comprender las estructuras básicas del Atletismo y la Natación.
- 2.- Identificar las exigencias, que determinan la acción competitiva en el ámbito del Atletismo y la Natación y diseñar tareas para su perfeccionamiento/mejora.
- 3.- Adquirir los principios de acción y modelos de ejecución del Atletismo y la Natación a partir de situaciones vivenciadas por el alumno.
- 4.- Diseñar e intervenir en el proceso de enseñanza aprendizaje, analizando los modelos de ejecución y principios metodológicos propios del Atletismo y la Natación, para su aplicación en las diferentes etapas o ámbitos.
- 5.- Interpretar, explicar y realizar las ayudas que garanticen la seguridad e integridad de los participantes en las actividades atléticas y acuáticas.

CONTENIDOS TEORICO-PRACTICOS

1. Aproximación general a la estructura del atletismo y la natación.
2. Enseñanza-aprendizaje del atletismo y la natación.
3. Análisis de las exigencias del atletismo y de la natación: el diseño de tareas para su desarrollo perfeccionamiento y mejora

FUNDAMENTOS DEL ATLETISMO

1. Las carreras atléticas

- 1.1. Aproximación general a la estructura de las carreras atléticas y su reglamento.
- 1.2. Enseñanza-aprendizaje de las carreras atléticas.
- 1.3. Análisis de las exigencias de las carreras atléticas: el diseño de tareas para su desarrollo perfeccionamiento y mejora
 - 1.3.1. Entrenamiento de las carreras atléticas.

2. Los saltos atléticos

- 1.1. Aproximación general a la estructura de los saltos atléticos y su reglamento.
- 1.2. Enseñanza-aprendizaje de los saltos atléticos.
- 1.3. Análisis de las exigencias de los saltos atléticos: el diseño de tareas para su desarrollo perfeccionamiento y mejora
 - 2.3.1. Entrenamiento de los saltos atléticos.

3. Los lanzamientos atléticos

3.1. Aproximación general a la estructura de las carreras atléticas y su reglamento.

3.2. Enseñanza-aprendizaje de los lanzamientos atléticos.

3.3. Análisis de las exigencias de los lanzamientos atléticos: el diseño de tareas para su desarrollo perfeccionamiento y mejora

3.3.1. Entrenamiento de los lanzamientos atléticos.

FUNDAMENTOS DE LA NATACIÓN

1. Aproximación general a la estructura de la natación

1.1. Objetivos de las actividades acuáticas y diferentes ámbitos de aplicación

1.2. Análisis de las diferencias entre el medio acuático y terrestre: fundamentos de la hidrodinámica

2. Enseñanza-aprendizaje de la natación

2.1. Descubrimiento y adaptación al medio acuático

2.2. Dominio del medio acuático

2.3. Iniciación a los estilos de nado (***)

3. Análisis de los estilos de nado y diseño de tareas para su perfeccionamiento

3.1. Análisis del nado en los diferentes estilos de natación y el diseño de tareas para su perfeccionamiento (***)

3.2. Análisis de las salidas, virajes y llegadas en los diferentes estilos de natación y el diseño de tareas para su perfeccionamiento (***)

3.3. Análisis cinemático de la competición

***Se desarrollará a través de un proyecto.

METODOLOGÍA

En el proceso de enseñanza-aprendizaje, se impulsarán metodologías activas.

La asistencia a clase es obligatoria. Las ausencias (siempre justificadas atendiendo a la normativa UPV) serán admitidas en un máximo del 20%.

Atendiendo a la particularidad de la asignatura, la participación activa en las prácticas tanto de aula como de campo son imprescindibles, con correcta actitud, interés y respeto hacia el resto de alumnos.

TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	30		40						20
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45		60						30

Leyenda:

M: Magistral

S: Seminario

GA: P. de Aula

GL: P. Laboratorio

GO: P. Ordenador

GCL: P. Clínicas

TA: Taller

TI: Taller Ind.

GCA: P. de Campo

SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación final

HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

- Prueba escrita a desarrollar %
- Prueba tipo test %
- Defensa oral %
- Realización de prácticas (ejercicios, casos o problemas) %
- Trabajos individuales %
- Trabajos en equipo (resolución de problemas, diseño de proyectos) %
- Exposición de trabajos, lecturas... %

CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Modalidades de enseñanza a través de las cuales serán evaluadas las competencias:

- Clases magistrales: 1, 2, 4, G001, G007
- Prácticas deportivas y de campo: 1, 2, 3, 4, 5, G020, G001, G007
- Prueba escrita: 1, 2, 4, G020, G001, G007
- Prueba práctica: 3, 5, G020, G001, G007
- Dossier-informes: 1, 2, 4, G020, G001, G007

El método de evaluación será mixto:

- Informes, registros de las prácticas, análisis observacional, etc.: 60%
- Prueba escrita: 40%.
- Prueba práctica: apto-no apto.

Para obtener la nota final, se realizará la media entre los fundamentos de atletismo y los fundamentos de natación, siempre y cuando se haya obtenido un 5/10 en la prueba escrita de cada una de las my una nota mínima de un 4/10 en cada deporte. El aprobado se obtendrá a partir de un 5/10 en la nota final y apto en la prueba práctica.

La asistencia a clase es obligatoria. Las ausencias (siempre justificadas atendiendo a la normativa UPV) serán admitidas en un máximo del 20%. Atendiendo a la particularidad de la asignatura, la participación activa en las prácticas tanto de aula como de campo son imprescindibles, con correcta actitud, interés y respeto hacia el resto de alumnos.

Los y las estudiantes podrán presentar la renuncia a la convocatoria de evaluación mediante un escrito dirigido al profesor-a, depositado en su buzón en un plazo no inferior a 10 días antes de la fecha de inicio del periodo oficial de exámenes.

Prueba final:

La semana previa a la fecha de examen, el profesor establecerá el día-hora para la realización de la prueba práctica correspondiente a una de las partes de la prueba final. Realizar esta prueba práctica es necesaria para la realización de la prueba final.

CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

Ordenador, microsoft office (programas básicos, programas para la observación, video cámaras, bibliografía referenciada.

BIBLIOGRAFIA

Bibliografía básica

- Álvarez del Villar C. (1994). Atletismo Básico. Una orientación pedagógica. Madrid: Gymnos.
- Cancela, J. M. y otros. Tratado de la natación. De la iniciación al perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.
- Catteau, R. y Garoff, G. (1977). L Enseignement de la natation. Paris: Vigot.
- Cholet, D. (2003). Natación deportiva. Barcelona: Inde.
- Claret, A. (2004). Atletismo Básico. Fundamentos de pista y campo. Kinesis.
- Conde, E., Mateo, M. L., Medina, A. y Peral, F. (1996). Educación en la primera infancia a través del medio acuático. Madrid: RFEN ENE.
- Conde, E.; Pérez, A.; Peral, F.L. (2003). Hacia una natación educativa. Madrid: Gymnos.
- CSD (1997). Natación y sus especialidades deportivas. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.
- De Lanuza, F. y Torres, A. (2001). 1.060 Ejercicios y juegos de natación. Barcelona: Paidotribo.
- Gil Sanchez, F. y Oliver. A. (2000). Fundamentos del Atletismo. Madrid: RFEA.
- Guerrero Luque, R. (1995). Guía de las actividades acuáticas. Barcelona: Paidotribo Argit.
- Hubiche, J. L. y Pradet, M. (1993). Comprendre L atlétisme. París: INSEP.
- Izquierdo, M. (2008). Biomecánica y bases neuromusculares de la actividad física y el deporte. Madrid: Panamericana.
- Jardi, C. (2.001). Jugar en el agua. Barcelona: Paidotribo.
- Jardi, C. (2.002). Movernos en el agua. Barcelona: Paidotribo.
- Llana, S.; Pedro, P. (2007). Natación y actividades acuáticas. Valencia: Marfil.
- Maglischo, E. (2009). Natación. Técnica, entrenamiento y competición. Barcelona: Paidotribo.
- Moreno, J. A. (2001). Juegos acuáticos educativos. Barcelona. Inde.
- Moreno, J. A.; Gutiérrez, M. (2001). Actividades acuáticas educativas. Barcelona: Inde.
- Navarro, F. (1978). Pedagogía de la natación. Valladolid: Miñón y Argit.
- Navarro, F. (1990). Hacia el dominio de la natación. Madrid: Gymnos y Argit.
- Navarro, F; Díaz, G. y González, M. J. (2012). Cómo nadar bien. Editec.
- Pansu, C. (2002). El agua y el niño. Un espacio de libertad. INDE.
- Ramirez, E. y Gimeno, J. (2009). Natación educativa. Enseñanza práctica. Madrid: Síntesis.
- Varios. Colección Cuadernos de Atletismo. 52 Números publicados. R.F.E.A., E.N.E. y Gymnos. Madrid
- Zumbrunnen, R. y Fouace, J. (2001). Cómo vencer el miedo al agua y aprender a nadar. Barcelona: Paidotribo.

Wilke, K.; Madsen, O. (1990). El entrenamiento del Nadador Juvenil. Buenos Aires: Stadium.

Bibliografía de profundización

- Andreas, P. (1970). Natación para todos. León: Everest.
- Arellano, R. (2010). El entrenamiento técnico en natación. Madrid: Cultivalibros.
- Arellano, R., Barbero, A. y Cuevas, P. (1984). Las escuelas municipales de natación. Madrid: IMD.
- Arellano, R.; Ferro, A. (2001). Análisis Biomecánico de la Técnica de Natación. Madrid: MEC-CSD.
- Bravo, J. y otros (1990). ATLETISMO I. Carreras y marcha. Madrid: C.O.E.
- Bravo, J. y otros (1992). ATLETISMO II. Saltos. Madrid: C.O.E.
- Bravo, J. y otros (1993). ATLETISMO III. Lanzamientos. Madrid: C.O.E.
- Bucher, W. (1977). 1000 Exercices el jeux de natation. Paris: Vigot.
- Camarero, S. y Tella, V. (1997). Natación; Aplicaciones teóricas y prácticas. Valencia: Promolibro.
- Cancela, J.M.; Pariente, S.; Camiña, F.; Lorenzo, R. (2008). Tratado de natación. Del perfeccionamiento al rendimiento. Barcelona: Paidotribo.
- Costill, D.; Maglischo, E., Richardson, A. (1998). Natación. Paris: Vigot.
- Counsilman, J. (1978). La natación. Ciencia y Técnica para la Preparación de Campeones. Barcelona: Hispano Europea.
- Counsilman, J. (1980). Natación Competitiva. Entrenamiento Técnico y Táctico. Barcelona: Hispano Europea.
- De Aymerich, J., Lagrange, P., Mate, I. y Yerobi, A. (2006). Texto de Entrenador de Natación de Nivel 1. Bilbao: Federación Vasca de Natación.
- Maglischo, E. (1986). Nadar más rápido. Barcelona: Hispano Europea.
- Morera, J.A., Tella, V. y Camarero, S. (1995). Actividades acuáticas. Valencia: IVEF.
- Navarro, F. (1993). Iniciación a la natación. Madrid: Esteban Sanz.
- Navarro, F.; Arellano, R.; Carnero, C.; Gosálvez, M. (1990). Natación. Madrid: COE.
- Navarro, F.; Villanueva, L. (2010). La evaluación del rendimiento del nadador. Madrid: Cultiva libros. Paris: Vigot.
- Schmitt, P. (1989). Nager; de la découverte a la performance
- Schmitt, P. (1989). Nager, de la découverte a la performance. Paris: Vigot.
- Vaca, M.; Prieto, M. (2.003). Aprender a nadar en la escuela. Barcelona: Paidotribo.

Revistas

- Atletismo Español. Madrid
- Revue de L'AEFA. Amicale des Entreneurs Français.
- New Studies in Athletics
- Track Technique
- Atletica Studi
- COMUNICACIONES TÉCNICAS. RFEN ¿ ENE. MADRID
- NSW. Boletín de la AETN. MADRID
- Revista SEAE. (Actividades acuáticas). BARCELONA

Direcciones de internet de interés

- Federación Internacional de Atletismo: <http://www.iaaf.org>
- Federación Europea de Atletismo: <http://www.european-athletics.org>
- Real Federación Española de Atletismo: <http://www.rfea.es>
- Federación Vasca de Atletismo: <http://www.fvaeaf.org>
- Centro regional de Desarrollo IAAF: <http://www.crdiaafsantafe.org>
- Federation Française d'athletisme: <http://www.athle.com>
- Track and Field: <http://www.advantageathletics.com>
- Lanzamientos: <http://www.throwfarther.org>
- Velocidad y vallas: <http://www.noivelocisti.net>

www.feadef.org

www.rfen.es

www.aetnsw.com

www.igeri.net

<http://cdeporte.rediris.es/revista/revista3/natacion.html>

<http://www.i-natacion.com/contenidos/enlaces/escuelas.html>

<http://www.aebu.org.uv/deportes/deportivo2.htm>

<http://natacionrecreativa.tripod.com.ar/principalespanol.htm>

OBSERVACIONES