



| Guía Docente          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                             |           |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------|-----------|
| Datos Identificativos |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                             | 2018/19   |
| Asignatura (*)        | Habilidades atléticas e a súa didáctica                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                    | Código                      | 620G01006 |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                    |                             |           |
| Descriptor            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                             |           |
| Ciclo                 | Período                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Curso              | Tipo                        | Créditos  |
| Grao                  | 2º cuadrimestre                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Primeiro           | Obrigatoria                 | 6         |
| Idioma                | Galego                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                    |                             |           |
| Modalidade docente    | Presencial                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                    |                             |           |
| Prerrequisitos        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                             |           |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |                             |           |
| Coordinación          | Cardesin Villaverde, Jose Manuel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Correo electrónico | jose.manuel.cardesin@udc.es |           |
| Profesorado           | Cardesin Villaverde, Jose Manuel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Correo electrónico | jose.manuel.cardesin@udc.es |           |
|                       | Hornillos Baz, Isidoro                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                    | isidoro.baz@udc.es          |           |
| Web                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                    |                             |           |
| Descrición xeral      | A materia Habilidades atléticas e a súa didáctica esta incluída no módulo fundamentos dos deportes no plano de estudos de graduado en ciencias da actividade física e do deporte. Partindo da natureza do devandito módulo pódese definir dun xeito máis específico como o “coñecimiento das habilidades motrices atléticas básicas como conductas pisomotrices e os seus contidos como recursos didácticos en Educación Física e iniciación. Fundamentos técnico, tácticos e didácticos”. |                    |                             |           |

| Competencias do título |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Código                 | Competencias do título                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| A5                     | Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.                                                                                                             |
| A25                    | Identificar e comprender os requisitos psicomotores e sociomotores das habilidades deportivas, executando basicamente as habilidades motrices específicas dun conxunto de deportes, considerando as diferenzas por xénero.                                                             |
| A26                    | Identificar e aplicar as peculiaridades didácticas de cada especialidade deportiva na intención pedagóxica dos diferentes ámbitos de intervención.                                                                                                                                     |
| B1                     | Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.                                                                                                                                                               |
| B2                     | Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.                                                                                                                                                                               |
| B4                     | Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.                                                                                                                                                                    |
| B10                    | Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.                                                                                                                                                             |
| B11                    | Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.                                                                                                                                                                |
| B15                    | Comprender e saber utilizar as importantes posibilidades que a educación física e o deporte teñen para xerar hábitos sociais e valores democráticos (coeducación de xéneros, respecto á diversidade social e cultural, cooperación, competición respectuosa, compromiso co contorno?). |
| B16                    | Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.                                                                                                                                                                       |
| B19                    | Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.                                                                                                                                                                                                                       |
| C1                     | Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.                                                                                                                                                                               |
| C4                     | Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.                                 |
| C6                     | Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.                                                                                                                                                      |
| C7                     | Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.                                                                                                                                                                                                       |



|    |                                                                                                                                               |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| C8 | Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade. |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

| Resultados da aprendizaxe                                                                               |     |                        |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------|----|
| Resultados de aprendizaxe                                                                               |     | Competencias do título |    |
| Identificar, e comprender os requisitos psico e sociomotores das habilidades atléticas                  | A5  | B1                     | C1 |
|                                                                                                         | A25 | B4                     | C7 |
|                                                                                                         | A26 | B10                    | C8 |
|                                                                                                         |     | B11                    |    |
|                                                                                                         |     | B16                    |    |
|                                                                                                         |     | B19                    |    |
| Conocer os elementos técnico-tácticos que estruturan as habilidades atléticas e executalas basicamente. | A25 | B1                     | C1 |
|                                                                                                         | A26 | B2                     | C4 |
|                                                                                                         |     | B4                     | C6 |
|                                                                                                         |     | B15                    |    |
|                                                                                                         |     | B16                    |    |

| Contidos                              |                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Temas                                 | Subtemas                                                                                                                                                                                      |
| - BLOQUE TEMATICO 1º: ASPECTOS XERAIS | Introducción ao estudo do atletismo<br>Os marcos sociais da práctica atlética<br>Introducción á didáctica do atletismo<br>Introducción á iniciación atlética                                  |
| - BLOQUE TEMATICO 2º: AS CARREIRAS    | Introducción aos desplazamentos atléticos<br>As carreiras de velocidade<br>As carreiras de relevos<br>As carreiras de vallas<br>As carreiras de resistencia e obstáculos<br>A Marcha atlética |
| - BLOQUE TEMATICO 3º: OS SALTOS       | Introducción aos saltos<br>O salto de lonxitude<br>O triple salto<br>O salto de altura                                                                                                        |
| - BLOQUE TEMATICO 4º: OS LANZAMENTOS  | O salto con pértega<br><br>Introducción aos lanzamentos<br>O lanzamento de peso<br>O lanzamento de xabalina<br>O lanzamento de disco<br>O lanzamento de martelo                               |

| Planificación |
|---------------|
|---------------|



| Metodoloxías / probas                 | Competencias     | Horas presenciais | Horas non presenciais / traballo autónomo | Horas totais |
|---------------------------------------|------------------|-------------------|-------------------------------------------|--------------|
| Actividades iniciais                  | A25 A26          | 1                 | 1                                         | 2            |
| Eventos científicos e/ou divulgativos | B1               | 1                 | 2                                         | 3            |
| Análise de fontes documentais         | B10 C8           | 1                 | 10                                        | 11           |
| Práctica de actividade física         | A25 B11 C4       | 32                | 32                                        | 64           |
| Sesión maxistral                      | A25 B2 B15       | 10                | 20                                        | 30           |
| Traballos tutelados                   | A5 A25 A26 B1 B4 | 1                 | 12                                        | 13           |
| Discusión dirixida                    | B16 C1 C6 C7     | 3                 | 3                                         | 6            |
| Proba mixta                           | B19              | 1                 | 14                                        | 15           |
| Atención personalizada                |                  | 6                 | 0                                         | 6            |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

| Metodoloxías                          |                                                                                                                             |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías                          | Descrición                                                                                                                  |
| Actividades iniciais                  | Presentación da asignatura, contextualización e nivel de importancia nos diferentes ámbitos profesionais                    |
| Eventos científicos e/ou divulgativos | Asistencia e participación e eventos académicos ou deportivos relacionados co atletismo                                     |
| Análise de fontes documentais         | Revisión da bibliografía específica relacionada cos contidos da asignatura                                                  |
| Práctica de actividade física         | Práctica dirixida para o aprendizaxe das habilidades atléticas                                                              |
| Sesión maxistral                      | Explicación teórica con apoio audiovisual dos fundamentos atléticos básicos                                                 |
| Traballos tutelados                   | Elaboración dun traballo relacionado coas habilidades atléticas, portfolio, ... baixo a dirección e tutela do profesor      |
| Discusión dirixida                    | Debate sobre calquera tema dos contidos, moderado polo profesor                                                             |
| Proba mixta                           | Proba de avaliación obxectiva sobre o temario, de resposta breve, longa, multiple ou de execución práctica físico deportiva |

| Atención personalizada                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Metodoloxías                                                        | Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Proba mixta<br>Traballos tutelados<br>Análise de fontes documentais | <p>O profesor responderá as dúbidas que poida ter o alumno sobre as fontes documentais a consultar, facendo un seguimento do proceso</p> <p>O profesor estará á disposición do alumno para orientalo na elaboración do seu traballo, facendo un seguimento constante da evolución do mesmo, garantindo os obxectivos do mesmo</p> <p>O alumno poderá consultar tódalas dúbidas e inquiredanzas en relación cos contidos da materia, antes e despois da realización da proba, podendo facelo de xeito presencial ou a través do correo electrónico ou da plataforma MOODLE.</p> <p>MATRICULA PARCIAL: Excepcionalmente se personalizaran caso a caso as Medidas de Atención.</p> <p>Metodoloxía específica personalizada o traballo dinámico según casos de matrícula parcial.</p> |

| Avaliación   |              |            |               |
|--------------|--------------|------------|---------------|
| Metodoloxías | Competencias | Descrición | Cualificación |



|                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |    |
|-------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Proba mixta                   | B19              | A proba mixta utilizarase, por unha banda, un exame final como método de valoración da adquisición de competencias de tipo conceptual (saber), obxectivo das metodoloxías: actividades iniciais, sesión maxistral e a comprensión dos obxectivos das sesións realizadas na práctica de actividade física (40%). Por outra banda valorarase o nivel de competencia motriz (&quot;saber facer&quot;), en todas as disciplinas atléticas, a través de avaliacións prácticas (30%). Sendo necesario obter o aprobado nas dúas partes.                                                                                                                                                                                                   | 70 |
| Traballos tutelados           | A5 A25 A26 B1 B4 | Valorarase tanto o proceso como o produto final do traballo realizado polo alumno, conforme aos requirimentos indicados polo profesor.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 15 |
| Práctica de actividade física | A25 B11 C4       | Valorarase a participación e implicación do alumno en cada unha das sesións, así como a correcta realización das actividades formativas. Para superar esta metodoloxía e necesario que o alumno asista, como mínimo, ao 70 % das sesións. Esta participación valorarase do seguinte xeito: a participación activa do alumno en cada práctica conlevará 1 punto, o feito de non realizala baixará a puntuación ata 0,5 puntos, sendo necesario obter o 70% da puntuación máxima, de cara á obtención do 70% de asistencia. No caso de que non acade este mínimo o alumno non poderá optar á avaliación final. Na segunda oportunidade o alumno deberá superar o examen teórico cunha nota mínima de 7 puntos para aprobar a materia. | 15 |

## Observacións avaliación

Para superar materia, tanto 1ª e 2ª oportunidade garantindo a adquisición das competencias da mesma, o alumno deberá obter o aprobado en cada unha das metodoloxías propostas.

Non se manteñen calificacións dun curso a outro nin para 2ª oportunidade nin futuras convocatorias.

A asistencia/participación é obrigatoria a o 70% das clases presenciais que son necesarias para superar a asignatura na 1ª oportunidade de cada convocatoria. Non sendo necesario para a 2ª oportunidade de cada convocatoria.

O criterio establecido polo profesor para a obrigabilidade das prácticas, alumnos lesionados, alto rendemento, ... dependerá do momento do curso e tipo de lesión. O profesor poderá establecer actividades alternativas según os diferentes supostos.

MATRICULA PARCIAL: Excepcionalmente se personalizarán caso a caso as Medidas de Atención e a súa avaliación

Metodoloxía específica personalizada o traballo dinámico según os casos de matrícula parcial.

Os exames estarán no idioma de impartición da asignatura, os alumnos podrán responder no idioma da súa elección.

Si se desexa en outro idioma se solicitará unha semana antes da data de realización

## Fontes de información



|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bibliografía básica</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campos, J.; Gallach, J.E. (2004). Las técnicas de atletismo. Manual práctico de enseñanza.. Barcelona. Paidotrobo</li> <li>- Hornillos, I.; Tuimil, J.L. (1995). Habilidades atléticas. Santiago. LEA</li> <li>- Hornillos, I. (2005). Bases y fundamentos del atletismo. A Coruña. INEFG</li> <li>- Hornillos, I. (2000). Atletismo. Barcelona. Inde</li> <li>- Hubiche, J.L. y Pradet, M. (1999). Comprender el atletismo. Su práctica y su enseñanza. Barcelona. Inde</li> <li>- Seners, P. (2001). Didáctica del atletismo. Barcelona. Inde</li> <li>- Hornillos, I.; Tuimil, J.L. (1995). Las fases de la formación atética I. Revista Galicia Atlética. A Coruña. Federación Gallega de atletismo</li> <li>- Hornillos, I.; Tuimil, J.L. (1995). Las fases de la formación atletica II. Revista galicia atlética, nº 2. A Coruña. Federación gallega de atletismo</li> <li>- Piasenta, J. (2001). Aprender a observar. Barcelona. Inde</li> <li>- Bravo, J., Pascua, M., Gil, F., Ballesteros, J.M., Campa, E. (1992). Atletismo I. Carreras y marcha. Madrid. COE</li> <li>- Bravo, J., López, F.; Hans, R.; Seirul?lo, F. (1992) (1992). Atletismo II. Saltos. Madrid. COE</li> <li>- Bravo, J., Martínez, J.L.; Durán, J.; Campos J. (1993). Atletismo III. Lanzamientos. Madrid. COE</li> <li>- Kramer, K. (1993). Atletismo-Lanzamientos. Barcelona. Paidotribo</li> <li>- Goriot, G. (1987). Technique e pedagogie de les sauts.. Paris. Vigot</li> </ul> <p><a href="http://www.atletismogalego.org/">http://www.atletismogalego.org/</a> <a href="http://www.rfea.es/">http://www.rfea.es/</a> <a href="http://www.iaaf.org/">http://www.iaaf.org/</a> <a href="http://www.atletismogalego.org/">http://www.atletismogalego.org/</a> <a href="http://www.rfea.es/">http://www.rfea.es/</a> <a href="http://www.iaaf.org/">http://www.iaaf.org/</a></p> |
| <b>Bibliografía complementaria</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dison, G. (1980). Mecánica del atletismo. Buenos Aires-Staiúm</li> <li>- Le Boulch (1991). El deporte educativo. Barcelona. Paidós</li> <li>- Le Boulch (1991). La educación psicomotriz en la escuela primaria. Barcelona. Paidós</li> <li>- Durántez, C. (1977). Las olimpiadas griegas. Madrid. COE</li> <li>- Pascual, J. (1995). Reglamento oficial comentado de atletismo. Barcelona. Flash Books</li> <li>- Mosston, M. (1982). La enseñanza de la educación física. Barcelona. Paidós</li> </ul> <p>VV. AA., Atletismo iniciación II. Cuaderno de atletismo nº 34, Madrid, R.F.E.A., 1994. VV. AA., Atletismo iniciación III. Cuaderno de atletismo nº 39, Madrid, R.F.E.A., 1997. VV. AA., Atletismo iniciación IV. Cuaderno de atletismo nº 46, Madrid, R.F.E.A., 2000</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## Recomendacións

### Materias que se recomenda ter cursado previamente

Iniciación en deportes I (Atletismo I) (optativa) /620G01310

Iniciación en deportes V (Atletismo II) (optativa)/620G01413

### Materias que se recomenda cursar simultaneamente

Pedagogía da actividade física e do deporte/620G01001

Anatomía e cinesiología do movemento humano/620G01002

Teoría e historia da actividade física e do deporte/620G01003

Bases da educación física e deportiva/620G01004

Habilidades ximnásticas e a súa didáctica/620G01009

### Materias que continúan o temario

### Observacións

Recomiéndase llevar el trabajo al día, non deixando ningún concepto, ni objetivo básico de cada sesión sin comprender, contando con la atención personalizada del profesor.

(\*)A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías