



| Guía Docente          |  |          |                    |   |
|-----------------------|--|----------|--------------------|---|
| Datos Identificativos |  |          |                    | 2022/23                                 |
| Asignatura (*)        | Habilidades atléticas e a súa didáctica  |          | Código             | 620G01006                               |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte   |          |                    |   |
| Descritores           |  |          |                    |   |
| Ciclo                 | Período  | Curso    | Tipo               | Créditos                                |
| Grao                  | 1º cuatrimestre  | Primeiro | Obrigatoria        | 6                                       |
| Idioma                | Galego   |          |                    |   |
| Modalidade docente    | Presencial   |          |                    |   |
| Prerrequisitos        |  |          |                    |   |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva   |          |                    |   |
| Coordinación          | Hornillos Baz, Isidoro   |          | Correo electrónico | isidoro.baz@udc.es                      |
| Profesorado           | Colomer Poveda, David<br>Hornillos Baz, Isidoro  |          | Correo electrónico | d.colomerp@udc.es<br>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 "coñecemento 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 / Resultados do título |  |
|-------------------------------------|--|
| Código                              | Competencias / Resultados 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 / Resultados 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 pértiga<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 / Resultados | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas traballo autónomo | Horas totais |
|-----------------------|---------------------------|---|-------------------------|--------------|
|                       |                           |   |                         |              |



|                                       |                  |    |    |    |
|---------------------------------------|------------------|----|----|----|
| Actividades iniciais                  | A25 A26          | 1  | 1  | 2  |
| Eventos científicos e/ou divulgativos | B1               | 1  | 6  | 7  |
| Análise de fontes documentais         | B10 C8           | 1  | 16 | 17 |
| Práctica de actividade física         | A25 B11 C4       | 28 | 28 | 56 |
| Sesión maxistral                      | A25 B2 B15       | 8  | 16 | 24 |
| Traballos tutelados                   | A5 A25 A26 B1 B4 | 1  | 16 | 17 |
| 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/a alumno/a sobre as fontes documentais a consultar, facendo un seguimento do proceso</p> <p>O profesor estará á disposición do alumnado para orientalo na elaboración do seu traballo, facendo un seguimento constante da evolución do mesmo, garantindo os obxectivos do mesmo</p> <p>O/A alumno/a poderá consultar tódalas dúbidas e inquedanzas 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 / Resultados | Descrición  | Cualificación |
| Proba mixta  | B19                       | A proba mixta consistirá en dúas partes: un examen teórico e outro práctico. O primeiro, examen final, como método de valoración da adquisición de competencias de tipo conceptual (saber). Supondrá o 30% de calificación final. Por outro lado, valorarase o nivel de competencia motriz nas disciplinas atléticas indicadas polo profesor, a través de avaliacións prácticas (20%), sendo necesario obter un aprobado nas dúas partes. | 50            |



|                               |                  |  |    |
|-------------------------------|------------------|--|----|
| Traballos tutelados           | A5 A25 A26 B1 B4 | Valorarase tanto o proceso como o produto final do traballo realizado polo/a alumno/a (portafolios), conforme aos requerimentos indicados polo profesor. Para superar a materia, aparte das outras partes de avaliación, será necesario aprobar tamén o traballo tutelado (mínimo de 1,25 puntos sobre 2,5 puntos). En caso de non aprobar o portafolios, non se faría media co resto de partes da avaliación, tendo a materia suspensa.   | 25 |
| Práctica de actividade física | A25 B11 C4       | Valorarase a participación e implicación do/a alumno/a en cada unha das sesións, así como a correcta realización das diferentes técnicas atléticas. Para superar esta metodoloxía é necesario que o/a alumno/a asista, como mínimo, ao 70 % das sesións. Esta participación valorarase do seguinte xeito: a participación activa do/a alumno/a en cada práctica conlevará 1 punto, o feito de non realizala baixará a puntuación ata 0,5 puntos, sempre que se encontre presente. En total, será necesario acadar un mínimo do 70% da puntuación máxima (100%). No caso de que non acade este mínimo o/a alumno/a non poderá optar á avaliación final. Na segunda oportunidade o/a alumno/a deberá superar o examen teórico cunha nota mínima de 7 puntos para aprobar a materia. O alumnado que non cumpra este porcentaxe obrigatorio de asistencia ás ?clases teórico-prácticas didácticas? non aprobará a materia e deberá presentarse ás clases do curso seguinte. Considerando a modalidade presencial da asignatura, e que as actividades presenciais son imprescindibles na práctica da actividade física e no deporte, non se establece outra alternativa á presencialidade mínima obrigatoria. En consecuencia, será necesario acadar un mínimo de 1,75 puntos nesta parte (70% de 2,5 puntos) para superar a materia. | 25 |

### 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, agás para aqueles que non asistiran ao 70% das clases prácticas, en cuxo caso para aprobar o examen teórico será necesario alcanzar 7 puntos mínimo sobre 10.

Non se manteñen calificacións de partes aprobadas 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 obrigatoriedade das prácticas para alumnos lesionados, alto rendemento, e alumnado con discapacidade, dependerá do momento do curso e tipo de lesión. O profesor poderá establecer actividades alternativas segundo os diferentes supostos, asegurando sempre un mínimo de competencia e vivencia motriz.

**MATRICULA PARCIAL:** Mesmos criterios de avaliación que para o resto de estudantes na segunda oportunidade,

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 su elección.

Si se desea en outro idioma se solicitará unha semana antes da fecha de realización.

- - "A realización fraudulenta das probas ou actividades de avaliación implicará directamente a cualificación de suspenso '0' na materia na convocatoria correspondente, invalidando así calquera cualificación obtida en todas as actividades de avaliación de cara a convocatoria extraordinaria".

### Fontes de información



|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| <b>Bibliografía básica</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bravo, J., Pascua, M., Gil, F., Ballesteros, J.M., Campra, 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>- Campos, J.; Gallach, J.E. (2004). Las técnicas de atletismo. Manual práctico de enseñanza.. Barcelona. Paidotrobo</li> <li>- Goriot, G. (1987). Technique e pedagogie de les sauts.. Paris. Vigot</li> <li>- Hornillos, I.; Tuimil, J.L. (1995). Habilidades atléticas. Santiago. LEA</li> <li>- Hornillos, I. (2000). Atletismo. Barcelona. Inde</li> <li>- Hornillos, I. (2005). Bases y fundamentos del atletismo. A Coruña. INEFG</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>- Hubiche, J.L. y Pradet, M. (1999). Comprender el atletismo. Su práctica y su enseñanza. Barcelona. Inde</li> <li>- Piasenta, J. (2001). Aprender a observar. Barcelona. Inde</li> <li>- Kramer, K. (1993). Atletismo-Lanzamientos. Barcelona. Paidotribo</li> <li>- Seners, P. (2001). Didáctica del atletismo. Barcelona. Inde</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>- Durántez, C. (1977). Las olimpiadas griegas. Madrid. COE</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>- Mosston, M. (1982). La enseñanza de la educación física. Barcelona. Paidós</li> <li>- Pascual, J. (1995). Reglamento oficial comentado de atletismo. Barcelona. Flash Books</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

Recoméndase levar o traballo ao día, non deixando ningún concepto, nin obxectivo básico de cada sesión sen comprender, contando coa atención personalizada do profesor. ?Coa finalidade de mellorar o sistema de garantía interna de calidade do noso centro, sería convinte que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuadrimestral, respecto a participar no proceso de avaliación das materias cursadas e cuxa chamada realiza baixo o nome de ?AVALÍA? consistindo en responder as enquisas que avalían a docencia do profesorado en cada materia?.



(\*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