



Información de la asignatura

Titulación: Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Facultad: Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Código: 280203 **Nombre:** Deportes Individuales.

Créditos: 6,00 **ECTS** **Curso:** 2 **Semestre:** 1

Módulo: 2) Módulo de conocimiento disciplinar básico

Materia: Fundamentos de los Deportes **Carácter:** Obligatoria

Rama de conocimiento: Ciencias de la Salud

Departamento: Entrenamiento Deportivo

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

1164DT	<u>Jose Vicente Sanchez-Alarcos Diaz-Pintado</u> (Profesor responsable)	jvicente.sanchez@ucv.es
282A	<u>Claudio Alberto Casal Sanjurjo</u> (Profesor responsable)	ca.casal@ucv.es
282B	<u>Claudio Alberto Casal Sanjurjo</u> (Profesor responsable)	ca.casal@ucv.es
282C	<u>Hector Esteve Ibañez</u> (Profesor responsable)	hector.esteve@ucv.es
282D	<u>Hector Esteve Ibañez</u> (Profesor responsable)	hector.esteve@ucv.es
282X	<u>Fabián Dario Imfeld Burkhard</u> (Profesor responsable)	fabian.imfeld@ucv.es



Organización del módulo

2) Módulo de conocimiento disciplinar básico

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
Ciencia y Motricidad Humana	6,00	Aprendizaje y Desarrollo Motor	6,00	1/2
Manifestaciones de la Motricidad Humana	12,00	Expresión Corporal	6,00	1/2
		Habilidades Perceptivo Motrices	6,00	2/1
Fundamentos de los Deportes	36,00	Deporte Adaptado y Actividad Física con Necesidades Educativas Específicas	6,00	3/1
		Deporte en el Medio Natural	6,00	3/2
		Deportes Colectivos	6,00	2/2
		Deportes de Adversario	6,00	3/2
		Deportes Individuales.	6,00	2/1
		Juegos y Deportes Autóctonos	6,00	2/2
		Fundamentos Biológicos y Mecánicos de la Motricidad Humana	18,00	Biomecánica de la Actividad Física
	Fisiología del Ejercicio	6,00		2/2
	Kinesiología	6,00		2/1



Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

- R1 Adquisición de conocimientos teóricos básicos de los deportes individuales.
- R2 Ser capaz de buscar información para ampliar el contenido de la asignatura.
- R3 Saber observar, detectar y corregir cuestiones técnicas en el ámbito del deporte individual.
- R4 Saber diseñar y aplicar progresiones metodológicas para la adquisición de la técnica en los deportes individuales.
- R5 Ser capaz de transmitir y exponer en público el trabajo realizado.
- R6 Sintetizar y organizar la información.
- R7 Ser capaz de expresar por escrito los conocimientos adquiridos.
- R8 Saber tomar decisiones y trabajar en equipo de forma consensuada.
- R9 Conocer los diferentes ámbitos de aplicación de los deportes individuales.



Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

GENERALES	Ponderación			
	1	2	3	4
CG2	Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC)		X	
CG3	Desarrollar competencias para la resolución de problemas mediante la toma de decisiones		X	
CG4	Transmitir cualquier información relacionada adecuadamente tanto por escrito como oralmente		X	
CG5	Planificar y organizar cualquier actividad eficientemente		X	
CG7	Ser capaz de realizar razonamientos críticos utilizando los conocimientos adquiridos			X
CG13	Ser capaz de aplicar los conocimientos teóricos en la práctica			X
CG14	Utilizar internet adecuadamente como medio de comunicación y como fuente de información		X	
CG15	Transmitir los conocimientos adquiridos tanto a personas especializadas en la materia como a personas no especializadas en el tema en cuestión		X	
ESPECÍFICAS	Ponderación			
	1	2	3	4
CE9	Conocer y comprender los fundamentos del deporte			X
CE10	Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas			X



CE16 Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas

x

CE18 Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad

x



Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R3, R4, R6, R7, R9	40,00%	Pruebas escritas/orales y/o prácticas
R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, R8, R9	10,00%	Participación y Autoevaluación
R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, R8, R9	30,00%	Realización de un proyecto
R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, R8, R9	20,00%	Exposición oral de trabajos individuales y/o grupales

Observaciones

Criterio de concesión de las Matrículas de Honor:

- Sumatorio de calificaciones superior a 9 pts., en orden de mayor a menor en función del nº de alumnos y según ratio indicado por normativa de la UCV.
- En caso de igualdad numérica en la calificación final, el profesor tendrá en cuenta el interés, la predisposición e implicación del alumno en la asignatura.

Para superar la materia en la 1ª matrícula será indispensable:

- Conseguir una nota igual o superior al 50% del valor del examen teórico-práctico.
- Conseguir una nota igual o superior al 50% del valor total en la realización, entrega (en la fecha establecida) y exposición del trabajo grupal.
- Sumar 5 puntos o más entre los distintos apartados de la evaluación.
- Aquellos alumnos que no cumplan con los requisitos para superar la asignatura pero que la calificación global sea igual o superior a 5 pts. serán calificados con 4,5 pts.

Para superar la materia en la 2ª matrícula:

- Habrá un grupo específico con un profesor encargado de dicho grupo.
- El profesor encargado de este grupo realizará 6 sesiones de seguimiento y tutorización de 2 horas cada una. En cada sesión se hará un repaso de la asignatura de modo que se reforzará el trabajo de las competencias que cada alumno necesite para poder superar la asignatura.
- Se conservarán las calificaciones de las competencias superadas en convocatorias anteriores.
- Estas sesiones se encuentran disponibles en el cronograma específico, que se muestra a continuación:



Para superar la materia en la 3ª matrícula y sucesivas:

·En estas convocatorias no se tendrán en cuenta las competencias ya evaluadas (no se guardan notas de convocatorias anteriores), por lo que el alumno ha de superar las competencias fundamentales de la asignatura mediante un examen de departamento en fecha oficial.

·La asignatura estará superada si se consigue una nota igual o superior al 50% del valor del examen de Departamento.

Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M1 Exposición de contenidos por parte del profesor.
- M2 Dinámicas y actividades en grupo.
- M3 Resolución de problemas y casos.
- M4 Prácticas laboratorios.
- M5 Discusión en pequeños grupos.
- M6 Clase práctica
- M7 Asistencia a prácticas



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASE PRÁCTICA / SEMINARIO: Dinámicas y actividades en grupo. Resolución de problemas y casos. Prácticas laboratorios. Búsqueda de datos, aula informática, biblioteca, etc. Construcción significativa del conocimiento a través de la interacción y actividad del estudiante. M2, M3, M5, M6	R1, R2, R3, R4, R5, R6, R8, R9	26,50	1,06
TUTORIA: Supervisión del aprendizaje, evolución. Discusión en pequeños grupos. Resolución de problemas y casos. Presentación de resultados ante el profesor. Presentación de esquemas e índices de los trabajos propuestos. M5	R2, R5, R6, R8	2,00	0,08
EVALUACION: Conjunto de pruebas orales y/o escritas empleadas en la evaluación del alumno, incluyendo la presentación oral del trabajo fin de grado. M2, M3	R1, R3, R4, R6, R7, R9	4,00	0,16
CLASE TEÓRICA: Exposición de contenidos por parte del profesor. Análisis de competencias. Demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. M1, M2, M5	R1, R4, R5, R9	27,50	1,10
TOTAL		60,00	2,40



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO EN GRUPO: Resolución de problemas. Preparación de ejercicios, trabajos memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. M2, M3	R1, R2, R4, R5, R6, R7, R8, R9	35,00	1,40
TRABAJO AUTÓNOMO: Estudio, Preparación individual de ejercicios, trabajos, memorias, para exponer o entregar en clases y /o en tutoría. Actividades en plataforma u otros espacios virtuales. M3	R1, R2, R6	55,00	2,20
TOTAL		90,00	3,60



Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
BLOQUE I. INTRODUCCION GENERAL A LOS DEPORTES INDIVIDUALES	<ul style="list-style-type: none">·Antecedentes históricos.·Clasificación y taxonomía.·Estructuras de los deportes individuales.·Ámbitos de aplicaciones de los diversos deportes individuales.·Instalación y materiales.·Reglamentos vigentes.
BLOQUE II. FUNDAMENTOS DE LA INICIACIÓN DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES	<ul style="list-style-type: none">·Principios biomecánicos sobre los que se fundamentan las diferentes técnicas de deportes individuales, en los diferentes medios.·Etapas evolutivas para el aprendizaje de los deportes individuales.·Exigencias a nivel de capacidades físicas de los diferentes deportes individuales.·Revisión y análisis crítico de los diferentes modelos de iniciación deportiva.
BLOQUE III. DESARROLLO Y PLANIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES.	<ul style="list-style-type: none">·Descripción de técnicas y tácticas básicas·Ejercicios de aprendizaje de diferentes deportes individuales, en función de la etapa evolutiva.·Diseño de sesiones y progresiones didácticas de deportes individuales en diferentes ámbitos de aplicación.



Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
BLOQUE I. INTRODUCCION GENERAL A LOS DEPORTES INDIVIDUALES	4,00	8,00
BLOQUE II. FUNDAMENTOS DE LA INICIACIÓN DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES	6,00	12,00
BLOQUE III. DESARROLLO Y PLANIFICACIÓN DEL APRENDIZAJE DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES.	20,00	40,00



Referencias

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Aguado, X. (1993). Eficacia y eficiencia deportiva: análisis del movimiento humano. Barcelona: INDE.

Araújo, C. (2004). Manual de ayudas en gimnasia. Barcelona: Paidotribo.

Arellano, R. (2010). Entrenamiento Técnico de Natación. Madrid: RFEN.

Arufe, V. y Martínez, J.M. (2005). Formación técnica en atletismo: de la iniciación al alto rendimiento. España: Asociación Cultural Atlética Gallega.

Batalla, A., y Martínez, P. (2002). Deportes individuales. Barcelona: INDE

Blázquez, D. (Ed.). (1998). La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE.

Bucher, W. (2010) 1000 ejercicios de natación. Barcelona: Hispano Europea

Campos, J. & Gallach, J.E. (2004). Las técnicas de atletismo. Manual práctico de enseñanza. Barcelona: Paidotribo.

Castejón, F.J., Giménez, J., Jiménez, F. y López, V. (2003). Iniciación deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte. Sevilla. Wanceulen.

Conde, E., Pérez, A., y Peral, F.L. (2003). Hacia una natación educativa. Madrid: Gymnos.

Etapé, E., López, M. y Grande I. (1999). Las habilidades acrobáticas y gimnásticas en el ámbito educativo. Barcelona: INDE.

García, J., Durán, J.P., y Sainz, A. (2011) Competiciones alternativas para niños y jóvenes (hasta los 15 años). Madrid: Real Federación Española de Atletismo.

García-Sánchez, J. I. (1999). Acrogimnasia (Recursos didácticos). Valencia: ECIR.

Gómez J. L., y Puchalt, J.M. (Coord.) (2008). Guía Didáctica para la Enseñanza del Atletismo. Valencia: Comité Organizador del XII Campeonato del Mundo IAAF de Atletismo de Pista Cubierta.

Hannula, D., Y Thornton, N. (2007) Entrenamiento óptimo en natación. Barcelona: Hispano Europea.

León Prados, J. A. (2004). Seguridad e higiene en la práctica saludable del acrosport. Revista



Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 16(4), 276-285.

Lorenzo, R., Carmiña, F., Pariente, S., y Cancela, J.M. (2014) Tratado de natación. De la iniciación al perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.

Maglisco, E. W. (2009). Natación. Técnica, entrenamiento y competición. Barcelona, Paidotribo.

Moreno, J. A. y Gutiérrez, M. (1998). Bases metodológicas para el aprendizaje de las actividades acuáticas educativas. Barcelona: INDE.

Moreno, J. A., Pena, L. y Del castillo, M. (2004). Manual de actividades acuáticas en la infancia. Barcelona: Paidós.

Navarro, F. y Arsenio, O. (2002). Natación II, la natación y su entrenamiento: técnica, planificación del entrenamiento, análisis y desarrollo, principios pedagógicos. Barcelona: INDE.

Palmeiro, M.A. y Pochini, M. (2006). La enseñanza de las destrezas gimnásticas en la escuela. Buenos Aires. Stadium.

Pérez Pueyo, A.L. (2012). Acrobacias una propuesta para todos y con todos en el marco del Estilo Actitudinal. Madrid: CEP.

Polischuk, V. (2007). Atletismo: iniciación y perfeccionamiento. Barcelona: Paidotribo.

Purnell, M., Shirley, D., Nicholson, L., & Adams, R. (2011). Acrobatic gymnastics injury: Occurrence, site and training risk factors. *Physical Therapy in Sport*, 11(2), 40-46.

Riera, J. (2005). Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportivas. Barcelona: INDE.

Rius, J. (2005). Metodología y técnicas del Atletismo. Barcelona: Paidotribo.

Sánchez Bañuelos, F. (1984). Bases para una didáctica de la Educación física y el deporte. Madrid: Gymnos.

Schmitt, P. (2005). Nadar: del descubrimiento al alto nivel: un enfoque innovador en la enseñanza de la natación. Barcelona: Hispano Europea.

Valero, A. (2007). El atletismo y su iniciación. Murcia: Colección Corpore. DIEGO MARÍN.

Valero, A., y Conde J. L. (2003). La iniciación al Atletismo a través de los juegos. (El enfoque ludotécnico en el aprendizaje de las disciplinas atléticas). Málaga: Aljibe.



Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (2000). El acrosport en la escuela. Barcelona. INDE.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Ahr, B., Maringer, A. & Augsburg, I. (2010). Nadar con bebés y niños pequeños. Barcelona: Paidotribo.

Bravo, J., Campos, J., Durán, J., Martínez, J.L., (2005) Atletismo 3: Lanzamientos. Madrid: RFEA.

Bravo, J., Ruf, H., Vélez, M. (2005) Atletismo 2: Saltos verticales. Madrid: RFEA.

Brooks, M. (2011) Developing Swimmers. Champaign: Human Kinetics.

Colado, J. C. (2003). Acondicionamiento físico en el medio acuático. Barcelona: Paidotribo.

Cometti, G. (2007). El entrenamiento de la velocidad. Barcelona: Paidotribo.

Contreras, O., De la Torre, E. y Velázquez, R. (2001). Iniciación deportiva. Madrid. Síntesis.

Counsilman, J. (1995). La natación. Barcelona: Hispano Europea.

Devís, J., y Peiró, C. (1992). Nuevas perspectivas curriculares en la Educación Física: la salud y los juegos modificados. Barcelona: INDE.

Estevan, I., Molina, J., y Zahonero, J. (2008). Cuaderno de Prácticas Biomecánica de la Actividad Física y el Deporte. Valencia: Universidad Católica de Valencia "San Vicente Mártir" Servicio de publicaciones.

García –Verdugo, M. (2008). Planificación y control del entrenamiento de Resistencia. Barcelona: Paidotribo.

García-Verdugo, M., Landa, L.M. (2005). Atletismo 4: Medio Fondo y Fondo. Madrid: RFEA.

Giménez, J.; Abad, M. y Robles, J. (2009). La enseñanza de deporte desde la perspectiva educativa. Revista Wanceulen E. F. digital, 5, 91-103.

Gutierrez, M. (1998). Biomecánica deportiva: bases para el análisis. Madrid: Síntesis.

Hannula, D., Y Thornton, N. (2012) The Swim Coaching Bible, Volume II. Champaign: Human Kinetics.

Hubiche, J. L. y Pradet M. (1999). Comprender el Atletismo. Barcelona: INDE.



Jiménez, J. (2008). Columna vertebral y medio acuático. Ejercicios preventivos y terapéuticos. Madrid, Gymnos.

Le Boulch, J. (1991). El deporte educativo. Psicocinética y aprendizaje motor. Buenos Aires: Paidós.

López Ros, V. y Castejón, F.J. (2005) La enseñanza integrada técnico-táctica de los deportes en edad escolar. Explicación y bases de un modelo. Apunts. Educación Física y Deporte, 79(1), 40-48.

Moreno, J.A. (1998) Propuesta de un modelo comprensivo del aprendizaje de las actividades acuáticas a través del juego. Apunts. Educación Física y Deportes., 52 (2), 16-23.

Moreno, J.A. (2001). Juegos acuáticos educativos. Barcelona: INDE.

Morgan, K. (2011). Athletics Challenges: A Resource Pack for Teaching Athletics. London: Routledge.

Pascua, M., Gil, F., Marín, J. (2005) Atletismo 1: Velocidad, Vallas y Marcha. Madrid: RFEA.

Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (2000). Unidades Didácticas para secundaria XI. Habilidades gimnásticas: minicircuitos. Colección Unidades Didácticas. Barcelona: INDE.

ENLACES WEBS DE INTERÉS:

<http://www.i-natacion.com>

<http://www.todonatacion.com/>

<http://swimmingcoach.org/>

<http://www.rfen.es/>

<http://www.rfea.es/>

<http://www.watchathletics.com/>

<http://www.mundoatletismo.com/>

www.facv.es

www.elatleta.com

www.foroatletismo.com

<http://acrosport.roudneff.com/>

<http://www.rfegimnasia.es/>



Adenda a la Guía Docente de la asignatura

Dada la excepcional situación provocada por la situación de crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19 y teniendo en cuenta las medidas de seguridad relativas al desarrollo de la actividad educativa en el ámbito docente universitario vigentes, se procede a presentar las modificaciones oportunas en la guía docente para garantizar que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura.

Situación 1: Docencia sin limitación de aforo (cuando el número de estudiantes matriculados es inferior al aforo permitido del aula, según las medidas de seguridad establecidas).

En este caso no se establece ningún cambio en la guía docente.

Situación 2: Docencia con limitación de aforo (cuando el número de estudiantes matriculados es superior al aforo permitido del aula, según las medidas de seguridad establecidas).

En este caso se establecen las siguientes modificaciones:

1. Actividades formativas de trabajo presencial:

Todas las actividades previstas a realizar en un aula en este apartado de la guía docente, se realizarán a través de la simultaneidad de docencia presencial en el aula y docencia virtual síncrona. Los estudiantes podrán atender las clases personalmente o a través de las herramientas telemáticas facilitadas por la universidad (videoconferencia). En todo caso, los estudiantes que reciben la enseñanza presencialmente y aquellos que la reciben por videoconferencia deberán rotarse periódicamente.

En el caso concreto de esta asignatura, estas videoconferencias se realizarán a través de:

- Microsoft Teams
- Blackboard Collaborate Ultra
- Kaltura



Situación 3: Confinamiento por un nuevo estado de alarma.

En este caso se establecen las siguientes modificaciones:

1. Actividades formativas de trabajo presencial:

Todas las actividades previstas a realizar en un aula en este apartado de la guía docente, así como las tutorías personalizadas y grupales, se realizarán a través de las herramientas telemáticas facilitadas por la universidad (videoconferencia). En el caso concreto de esta asignatura, a través de:

- Microsoft Teams
- Blackboard Collaborate Ultra
- Kaltura

Aclaraciones sobre las sesiones prácticas:

Las sesiones prácticas serán sustituidas por vídeos en los que se muestren los contenidos a desarrollar en las mismas, exposiciones y explicaciones de ejemplos de ejercicios y sesiones, diseño de tareas y sesiones.



2. Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

MODALIDAD P

En cuanto a los sistemas de evaluación:

No se van a realizar modificaciones en los instrumentos de evaluación. En el caso de no poder realizar las pruebas de evaluación de forma presencial, se harán vía telemática a través del campus UCVnet.

Se van a realizar las siguientes modificaciones para adaptar la evaluación de la asignatura a la docencia no presencial

Según la guía docente		Adaptación	
Instrumento de evaluación	% otorgado	Descripción de cambios propuestos	Plataforma que se empleará
Participación y/o cuestionarios	20	Pasa al 10%	Teams, UCVnet
Elaboración y/o exposición trabajos	40	Pasa al 50%	Teams, UCVnet
Pruebas escritas	40		UCVnet

El resto de instrumentos de evaluación no se modificarán respecto a lo que figura en la guía docente.

Observaciones al sistema de evaluación:

Los criterios de evaluación serán un examen teórico-práctico (40%), la participación y/o cuestionarios (10%) y la elaboración y exposición de trabajos individuales o grupales (50%). Para superar la asignatura será necesario obtener como mínimo el 50% en el examen teórico-práctico y en los trabajos propuestos.