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: Disciplinas y Actividades Físico-Deportivas

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:

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 Especificas	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 Mecanicos de la Motricidad Humana	18,00	Biomecánica de la Actividad Física	6,00	3/2
		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

Para superar la materia en la 1ª matricula 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.

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	·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	·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.	·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). L*as 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.

Estapé, 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.

Maglischo, 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. & Augsburger, 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.

INTERESTING WEBSITES:

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/