



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

1. ASIGNATURA / **COURSE TITLE**

FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I

1.1. Código / **Course number**

16809

1.2. Materia / **Content area**

Deportes individuales y de adversario

1.3. Tipo / **Course type**

Formación obligatoria

1.4. Nivel / **Course level**

Grado

1.5. Curso / **Year**

Primer curso

1.6. Semestre / **Semester**

Segundo semestre

1.7. Número de créditos / **Credit allotment]**

6 ECTS

1.8. Requisitos previos / **Prerequisites**

1.9. Requisitos mínimos de asistencia a las sesiones presenciales / **Minimum attendance requirement**

La asistencia es obligatoria.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

1.10. Datos del equipo docente / Faculty data

LOURDES CID YAGÜE (coordinadora de la materia)

Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Despacho: III-200

lourdes.cid@uam.es

FRANCISCO MANUEL ARGUDO ITURRIAGA

Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Despacho III-322

quico.argudo@uam.es

ÁNGEL IBAIBARRIAGA

Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

Despacho I-320

angel.ibaibarraiga@uam.es

PROFESOR/-A PENDIENTE DE ASIGNACIÓN.

Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana

Facultad de Formación de Profesorado y Educación

- Horario de tutorías: A determinar (se publicará al comienzo de curso)

1.11. Competencias / Competencies

Competencias Básicas:

CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 - Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Competencias Generales:

CG1.- Desarrollar y mostrar en su aplicación una alta capacidad de análisis y de síntesis de la información relativa al campo de conocimiento y profesional.

CG2. - Desarrollar habilidades y estrategias que incidan en la capacidad para trabajar en forma autónoma.

CG3. - Organizar y planificar propuestas de acción, programas y actividades propias de su campo profesional en sus diferentes ámbitos de aplicación y desarrollo

CG4. - Mostrar disposición y habilidad para el trabajo en equipo.

CG5. - Gestionar con eficacia y eficiencia la información procedente de diferentes fuentes integrando sus aspectos relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

CG6. - Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CG7. - Ajustar las propias capacidades, los recursos y condiciones del entorno para adaptarse a nuevas situaciones en las que debe aplicar conocimientos y habilidades profesionales.

CG8. - Aplicar los conocimientos adquiridos en los procesos de formación en la práctica profesional, en diferentes contextos y situaciones.

CG9. - Resolver con eficacia y eficiencia problemas inherentes a su campo de conocimiento y profesional utilizando estrategias y técnicas adecuadas y, si procede, innovadoras.

CG10. - Mostrar capacidad de aprender nuevos conocimientos y habilidades a lo largo de su vida profesional y personal.

CG11 - Adoptar y mostrar una actitud favorable a la búsqueda de la calidad en el desempeño de sus funciones profesionales, sea cual sea su ámbito de acción e intervención, incluyendo un alto nivel sistemático de reflexión crítica sobre su propia práctica profesional.

Competencias específicas del grado:

CE 1. - 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

CE 4. - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de deporte escolar orientados al desarrollo personal y social de las personas implicadas y dotados de una dimensión educativa.

CE 7. - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

CE 8. - Aplicar de manera fundamentada y argumentada principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo.

CE 9. - Identificar y prevenir los riesgos que se derivan para la salud de los deportistas por la práctica de actividades físicas inadecuadas, en el contexto del entrenamiento deportivo.

CE 10. - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo.

CE 11. - Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo.

CE 24. - Elaborar y comunicar, de manera crítica y fundamentada, argumentos y juicios sobre el valor de la actividad física y el deporte, y sobre sus posibilidades de contribuir al desarrollo y bienestar de las personas y de la sociedad, y al desarrollo sostenible, así como sobre su especial relación con la salud y la calidad de vida.

Esta materia deberá contribuir, además, a las competencias específicas del módulo de Deportes individuales y de adversario:

- Comprender el proceso de *iniciación deportiva* como un proceso de socialización en una forma de concebir y practicar el deporte, y conocer las posibles consecuencias de plantear dicho proceso bajo una u otra visión del deporte y de la práctica deportiva.
- Conocer el origen y evolución normativa, técnica y táctica que han experimentado los deportes desarrollados en las asignaturas de este módulo hasta la actualidad.
- Aplicar las principales habilidades técnicas y tácticas de varias modalidades deportivas en la resolución de los problemas que surgen al tratar de conseguir sus objetivos en la práctica, respetando las reglas de juego, y cumpliendo los principios tácticos en los que se basan los deportes desarrollados.
- Conocer, analizar críticamente y aplicar enfoques didácticos de la *iniciación deportiva* que prioricen el pensamiento estratégico, el conocimiento sobre las acciones, la comprensión y funcionalidad de los aprendizajes, y las conductas autónomas, cooperativas y responsables.
- Conocer las principales características estructurales, requerimientos motores, principios básicos y relaciones que se dan entre los distintos tipos y modalidades de deporte desarrollados, y aprovechar las posibilidades de transferencia que existen entre ellos para la mejora de la capacidad de aprendizaje deportivo.
- Planificar el proceso de iniciación y mejora de la competencia motriz deportiva estableciendo la selección y secuencia de objetivos y contenidos de aprendizaje en función de criterios tales como las características de los aprendices, el grado de funcionalidad de los aprendizajes, la lógica interna de la actividad deportiva de que se trate, los recursos materiales disponibles....
- Dirigir el proceso de enseñanza deportiva, diversificando y ajustando la dificultad de las actividades de aprendizaje, los métodos, técnicas y estrategias de enseñanza, y las propias intervenciones docentes, a los conocimientos iniciales, capacidades motrices y ritmos de aprendizaje.
- Identificar y corregir los errores de aprendizaje de las habilidades técnico-tácticas propias de las modalidades deportivas desarrolladas, comprendiendo el origen y causa de dichos errores y priorizando su corrección en función de su importancia.
- Conocer y aplicar de manera sistemática a lo largo del proceso de iniciación deportiva las actividades, procedimientos e instrumentos de evaluación de la enseñanza y del aprendizaje que permitan regular eficazmente el desarrollo de dicho proceso.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

- Adoptar actitudes reflexivas, críticas, autónomas e indagadoras en relación con el propio proceso de aprendizaje, así como actitudes positivas hacia el trabajo cooperativo, asumiendo la importancia de tales actitudes para la mejora y el desarrollo profesional.

Resultados de aprendizaje / Learning results

- Comprender las diferentes formas y significados que puede adquirir un proceso de iniciación deportiva y conocer las repercusiones que puede tener una u otra orientación en las actitudes hacia la práctica deportiva.
- Conocer la evolución de los fundamentos técnicos, tácticos y normativos de las diferentes habilidades atléticas y acuáticas.
- Adquirir los principales recursos propios de las diferentes habilidades atléticas y acuáticas.
- Diseñar y poner en práctica procesos de enseñanza de las diferentes habilidades atléticas y acuáticas.
- Adaptar la dificultad de las actividades de enseñanza a las capacidades y ritmos de aprendizaje de los aprendices.
- Identificar y corregir de manera fundamentada los errores propios de las diferentes habilidades atléticas y acuáticas.
- Diseñar, desarrollar, planificar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje, programas de deporte escolar y programas de entrenamiento relativos a la actividad física y el deporte, teniendo en cuenta las características individuales y contextuales de las personas y orientados al desarrollo personal y social de cada persona.
- Desarrollar entrenamientos deportivos tomando como base los principios fisiológicos, comportamentales y sociales para su elaboración.
- Analizar los riesgos que puede producir una mala praxis de actividad física y planificar actividades que promuevan un estilo de vida saludable.
- Realizar una correcta utilización del equipamiento deportivo adecuado para la realización de las actividades correspondientes (Atletismo y Actividades Acuáticas).
- Fomentar los hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física entre toda la población.
- Conocer los efectos de una adecuada práctica deportiva con el objetivo de contribuir a un mejor desarrollo y bienestar de las personas y de la sociedad y como consecuencia, de su calidad de vida.

1.12. Contenidos del programa / Course contents

Atletismo:



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

TEMA I: Introducción al Atletismo. Concepto, origen, evolución e interrelación de los aspectos estructurales del Atletismo. La técnica y las habilidades específicas. Los aspectos normativos. Requerimientos de preparación física específica. Recursos y materiales. Modelos de enseñanza.

TEMA II: Las carreras: Velocidad; Medio fondo; Fondo y Vallas; La salida. Técnica. Reglamento. La técnica y la táctica.

TEMA III: Los relevos. Técnica. Reglamento.

TEMA IV: Los saltos horizontales: Longitud; Triple salto.

TEMA V: Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje del Atletismo y su planificación.

Natación:

- Desarrollo de los contenidos básicos en la natación. Familiarización, flotación, propulsión y respiración.
- Desarrollo de las habilidades motrices básicas en la Natación. Desplazamientos, giros, saltos y equilibrios.
- La técnica de los estilos de natación. Crol, espalda, braza y mariposa. Salidas y virajes.
- Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje de las Actividades Acuáticas y su planificación.
- La seguridad en el medio acuático.

1.13. Referencias de consulta / [Course bibliography](#)

Atletismo:

ALONSO, D. Y CAMPO DEL, J. M. (2001). *Iniciación al Atletismo en Primaria*. Barcelona: Inde

ARUFE, V. y PATIÑO, M^a J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen I. Vigo: Asociación Cultural Gallega

ARUFE, V. y PATIÑO, M^a J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen II. Vigo: Asociación Cultural Gallega.

ARUFE, V. y PATIÑO, M^a J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen III. Vigo: Asociación Cultural Gallega.

BRAVO, j., GARCÍA-VERDUGO, M., GIL, F., LANDA, L. M. MARÍN, J. y PASCUA, M.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

- (1998): ATLETISMO I. *Carreras y marcha atlética*. Madrid. R.F.E.A.
- BRAVO, J., LÓPEZ, F. (1992): ATLETISMO II. *Saltos*. Madrid: C.O.E.
- CAMPO, J. M. y ALONSO, D. (2000): Un modelo para la enseñanza del Atletismo en Primaria. En Rivera, Ruiz y Ortiz. *La E.F. ante los retos del nuevo milenio* (pp. 273-278). Granada: Centro de Profesorado de Granada.
- CAMPOS, J. (1994). Modelos para el aprendizaje de las técnicas atléticas. En C. E. Faleroni, *Actas del I Congreso de las Ciencias del Deporte y la Educación Física de INEFC* (pp. 143-152). Lleida.
- CAMPOS, J. (1996). El aprendizaje de los deportes individuales. En *Aprendizaje Deportivo*. Murcia: Universidad de Murcia.
- CAMPOS, J.; GALLACH, J.E. (2004). *Las técnicas de Atletismo. Manual práctico de enseñanza*. Barcelona: Paidotribo.
- CASTEJÓN F.J. (1995). *Fundamentos de la iniciación Deportiva y actividades físicas organizadas*. Madrid: Dykinson.
- GARCÍA VERDUGO, M. y LANDA, L. (2005). *Medio fondo y fondo. La preparación del corredor de resistencia*. Madrid: Federación Española de Atletismo.
- GIL, F. ARROYAGA, M^a. M. DE LA REINA, L. (1997). *Atletismo*. Madrid: M.E.C.
- GIL, F., MARÍN, J., PASCUA, M. (2005). *Velocidad, Vallas y Marcha* (4^a edición). Madrid: R.F.E.A.
- GIL, F., PASCUA, M., SÁNCHEZ, R. (2000). *Manual básico de Atletismo*. Madrid: R.F.E.A.
- GROSSOCORDÓN, J.M., DURÁN, J.P. y SAINZ, A. (2004). *Jugando al atletismo* (2^a Ed.). Madrid: Real Federación de Atletismo.
- HORNILLOS, I. (2000). *Atletismo*. Barcelona: Inde.
- HUBICHE, JEAN-LOUIS Y PRADET, M. (1999). *Comprender el atletismo*. Inde. Barcelona.
- KRÄMER K. (1993). *Atletismo-lanzamientos*. Paidotribo. Barcelona.
- MURILLO, M. (2005). *Desarrollo de la atención selectiva y la anticipación perceptiva para la facilitación de los aprendizajes en la práctica del atletismo básico*. Tesis Doctoral. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Castilla la Mancha.
- RIUS, J. (2005). *Metodología y técnicas de atletismo*. Barcelona: Paidotribo
- SENNERS, P. (2002): *Didáctica del Atletismo*. Barcelona: Inde.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

STUMPP, U. (1997). *Adquirir una buena condición física jugando*. Barcelona: Paidotribo.

VALERO, A. (2003). *Comparación de los efectos de dos modelos de iniciación para la enseñanza-aprendizaje de tres disciplinas en atletismo*. Jaén: Universidad de Jaén.

Natación:

Bucher, W. (1995). *1000 ejercicios y juegos de natación y actividades acuáticas*. Barcelona: Hispano Europea.

Cancela, J.M., Pariente, S., Camiña, F., Lorenzo, R. (2008) *Tratado de Natación, de la Iniciación al Perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.

Counsilman, J. (1992). *La natación*. Barcelona: Hispano Europea.

Maglischo, E. (1992). *Nadar más rápido*. Barcelona: Hispano Europea.

VV.AA. (1997). *Natación y sus especialidades deportivas*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.

Cabello, A. (1996). *Natación para adultos*. Madrid: Gymnos.

De Lanuza, F. y Torres, A. (2000). *1060 Ejercicios y juegos de natación*. Barcelona: Paidotribo

Franco, P. y Navarro, F. (1980). *Natación, Habilidades acuáticas para todas las edades*. Barcelona: Hispano Europea.

Gonzalez, C y Sebastiani, E. (2000). *Actividades Acuáticas Recreativas*. Barcelona: Inde.

Haase, J. (1984). *Juegos en el agua*. Argentina: Stadium.

Jimeno, M. (2000). *Columna vertebral y medio acuático*. Madrid: Gymnos.

Lloret, M. y Cols. (1999). *Natación terapéutica*. Barcelona: Paidotribo

Martín, O. (1993). *Juegos y recreación deportiva en el agua*. Madrid: Gymnos.

Moreno Murcia, J.A. (2001) "Juegos Acuáticos Educativos". Barcelona: INDE

Moreno Murcia, J.A., Gutiérrez Sanmartín, M. (1998) "Actividades acuáticas educativas". Barcelona: INDE

Navarro, F. (1978). *Pedagogía de la natación*. Valladolid: Miñón.

Navarro, F. (1996). *Hacia el dominio de la natación*. Madrid: Gymnos

Navarro, F. y cols. (1990). *Natación*. Madrid: COE.

Palacios, J. (2000) *Salvamento acuático*. La Coruña. Xañino.

Reischle, K. (1993). *Biomecánica de la natación*. Madrid. Gymnos.

Soler, A. y Jimeno, M. (1998). *Actividades acuáticas para personas mayores*. Madrid: Gymnos.

Troyano, J. Viejo, A. (2000) *Reglamento de Competiciones*. Federación Española de Salvamento y Socorrismo.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
Código: 16809
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Nivel: Grado
Tipo: Formación obligatoria
Nº de créditos: 6 ECTS
Curso: 2017 - 2018

2. Métodos docentes / Teaching methodology

- Exposiciones en el aula de los conocimientos de carácter teórico-conceptual (conceptos, teorías, modelos, principios...) asociados a cada materia.
- Realización de actividades de análisis, debate y reflexión colectiva sobre cuestiones relativas a los contenidos de cada materia.
- Realización y/o presentación de trabajos por parte de los estudiantes, y análisis, puesta en común, evaluación colectiva... de los resultados de dichos trabajos.
- Prácticas en las instalaciones deportivas relativas al desarrollo de los contenidos prácticos (y, en su caso, teóricos), por parte del profesor y de los estudiantes.
- Prácticas en aulas especiales (instalaciones deportivas) relativas al desarrollo de los contenidos prácticos (y, en su caso, teóricos), por parte del profesor y de los estudiantes.
- Visitas a instalaciones y centros deportivos relevantes, asistencia a charlas, seminarios y congresos relacionados con la gestión deportiva.
- Estudio, realización de tareas o trabajos, actividades, exámenes, asistencia a tutorías... del estudiante.
- Asistencia a tutorías.
- Búsqueda de información, revisión bibliográfica.
- Elaboración del trabajo por escrito.
- Las clases teóricas y prácticas se complementarán con la realización y análisis de supuestos prácticos vinculados a los diferentes contenidos, lecturas específicas, etc.

3. Tiempo de trabajo del estudiante / Student workload

		Nº de horas	Porcentaje
Presencial	Clases teóricas	54h	68h (45,3%)
	Clases prácticas		
	Tutorías programadas a lo largo del semestre	4	
	Seminarios	8h	
	Realización de examen final	2h	
No presencial	Estudio semanal, realización de trabajos y preparación del examen	82h	82h (54,7%)
Carga total de horas de trabajo: 25 horas x 6 ECTS		150 h	

4. Métodos de evaluación y porcentaje en la calificación final / Evaluation procedures and weight of components in the final grade

La calificación final de la asignatura resultará de la media ponderada de acuerdo al número de créditos asignados a la Natación (4) y al Atletismo (2). Será necesario superar ambas partes de la materia (Natación y Atletismo para aprobar la materia).

Para superar cada una de las dos partes de la materia (Natación y Atletismo), será necesario aprobar cada uno de los tres apartados (Práctico, trabajos y prueba escrita), así como asistir al 80% de las sesiones prácticas.

Para la evaluación se tendrá en cuenta los siguientes apartados:

- Prácticas (6 ptos.)
- Trabajos individuales (1 ptos.)
- Prueba escrita (3 ptos.)

Cada una de las partes de las que se compone la evaluación tiene que ser superada al menos en el 50% de su calificación máxima.

5. Cronograma / Course calendar

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
1-10	<p><u>Natación</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de los contenidos básicos en la natación. Familiarización, flotación, propulsión y respiración. • Desarrollo de las habilidades motrices básicas en la Natación. Desplazamientos, giros, saltos y equilibrios. • La técnica de los estilos de natación. Crol, espalda, braza y mariposa. Salidas y virajes. • Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje de las Actividades Acuáticas y su planificación. • La seguridad en el medio acuático. 	40	46



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA I.
 Código: 16809
 Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación
 Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
 Nivel: Grado
 Tipo: Formación obligatoria
 Nº de créditos: 6 ECTS
 Curso: 2017 - 2018

11-15	<u>Atletismo:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Introducción al Atletismo. Concepto, origen, evolución e interrelación de los aspectos estructurales del Atletismo. La técnica y las habilidades específicas. Los aspectos normativos. Requerimientos de preparación física específica. Recursos y materiales. Modelos de enseñanza. • Las carreras: Velocidad; Medio fondo; Fondo y Vallas; La salida. Técnica. Reglamento. La técnica y la táctica. • Los relevos. Técnica. Reglamento. • Los saltos horizontales: Longitud; Triple salto. • Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje del Atletismo y su planificación. 	20	26
16	Recapitulación y evaluación	4	10
Tutorías programadas durante el semestre en función del ritmo del aprendizaje		4	
TOTAL		68 horas presenciales	82 horas no presenciales

Las horas de programación de seminarios han sido distribuidas entre las 16 semanas del semestre (0.5 horas complementarias) y, por tanto, forman parte del horario de obligado cumplimiento para estudiantes y profesorado. El docente podrá, cuando así sea necesario por las características de la actividad a realizar (práctica fuera de la universidad, visita didáctica, asistencia a una conferencia relevante para la formación,...) agrupar las 8 horas en algunas de las semanas del semestre.