



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

## 1. ASIGNATURA / COURSE TITLE

Fundamentos de los deportes individuales y su didáctica II

### 1.1. Código / Course number

16813

### 1.2. Materia / Content area

Deportes Individuales y de Adversario

### 1.3. Tipo / Course type

Formación básica / Compulsory subject	Formación obligatoria / Compulsory subject	Formación optativa / Elective subject	Prácticas externas / Professional training internship	Trabajo fin de grado / Thesis	Investigación / Research
	X				

### 1.4. Nivel / Course level

Grado / Bachelor (first cycle)	Máster / Master (second cycle)	Doctorado / PhD (third cycle)
X		

### 1.5. Curso / Year

1º / 1 <sup>st</sup>	2º / 2 <sup>nd</sup>	1º ó 2º / 1 <sup>st</sup> or 2 <sup>nd</sup>	3º / 3 <sup>rd</sup>	4º / 4 <sup>th</sup>	3º ó 4º / 3 <sup>rd</sup> or 4 <sup>th</sup>
	X				



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

### 1.6. Semestre / Semester

1º / 1 <sup>st</sup> (Fall semester)	2º / 2 <sup>nd</sup> (Spring semester)	Anual / Annual
X		

### 1.7. Número de créditos / Credit allotment

6 créditos / 6 credits

### 1.8. Requisitos previos / Prerequisites

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

La asistencia es obligatoria. El porcentaje máximo de faltas permitido es el 20%.

### 1.10. Datos del equipo docente / Faculty data

Docente(s) / Lecturer(s)	<p><b>Raquel Aguado Gómez</b> Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana Facultad de Formación de profesorado y Educación Despacho III-315 Telf: 91 497 37 72 raquel.aguado@uam.es</p> <p><b>Andrés Ponce</b> Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Humana Facultad de Formación de Profesorado y Educación Despacho III-311 Telf: 91 497 87 21 andres.ponce@uam.es</p>
Horario de atención al alumnado/Office hours:	Consultar en: <a href="http://web.uam.es/ss/Satellite/FProfesorado/es/1242658362604/listadoCategorizado/Profesorado.htm">http://web.uam.es/ss/Satellite/FProfesorado/es/1242658362604/listadoCategorizado/Profesorado.htm</a>



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

## 1.11. Competencias / Competences

### 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

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.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

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**

CE1: 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.

CE4: 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.

CE7: Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas y procesos de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles.

CE8: Aplicar de manera fundamentada y argumentada principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo.

CE9: 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.

CE10: Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad de entrenamiento deportivo.

CE11: Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica actividad física y del deporte, entre la población que realiza entrenamiento deportivo.

CE24: 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.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

## Resultados de aprendizaje

- Conocer, analizar críticamente y aplicar enfoques didácticos de deportes individuales 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 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, el contexto....
- 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 propias de las modalidades deportivas desarrolladas, comprendiendo el origen y causa de dichos errores y priorizando su corrección en función de su importancia y hacer propuestas de enseñanza para su mejora.
- Conocer y aplicar de manera sistemática las actividades, procedimientos e instrumentos de evaluación de la enseñanza y del aprendizaje que permitan regular eficazmente el desarrollo de dicho proceso.
- 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.
- Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado a cada actividad deportiva.
- Identificar las diferentes formas y significados que puede adquirir un proceso de iniciación deportiva y descubrir las repercusiones que pueden tener las diferentes orientaciones en las actitudes hacia la práctica deportiva.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

## 1.12. Contenidos del programa / [Course contents](#)

### Bloque de Gimnasia

- Las actitudes como base para el trabajo de las habilidades gimnásticas.
- Las ayudas y la seguridad como elementos imprescindibles. Papel y tipología de las ayudas. Las normas de seguridad.
- El calentamiento específico en gimnasia
- El Acrosport como actividad acrobática grupal y cooperativa.
- Giros: Consideraciones generales. Tipos según los distintos ejes. Descripción. Errores frecuentes. Ayudas. Progresiones.
- Equilibrios: Consideraciones generales. Tipos según la base de apoyo. Descripción. Errores frecuentes. Ayudas. Progresiones.
- Saltos. Tipos según el obstáculo a superar (compañeros, plinto, potro). Descripción. Errores frecuentes. Ayudas. Progresiones.
- Diseño y desarrollo progresiones de enseñanza y entrenamiento, ajustadas al contexto, nivel y características de los participantes
- Métodos, técnicas y estrategias de enseñanza en la iniciación a la gimnasia.
- Procedimientos e instrumentos de evaluación aplicados a la gimnasia.

### Bloque de Atletismo

- Fundamentos de los saltos y lanzamientos en Atletismo
- Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje, y de entrenamiento de los saltos y lanzamientos.
- Métodos, técnicas y estrategias de enseñanza y entrenamiento de los saltos y lanzamientos.
- Procedimientos e instrumentos de evaluación aplicados a los saltos y lanzamientos.

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

### - GIMNASIA:

Abaurreta, L. (2000). *Iniciación a la gimnasia artística*. Barcelona: Paidotribo.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

- Araújo, C. (2004). *Manual de ayudas en gimnasia*. Barcelona: Paidotribo.
- Brozas, M<sup>a</sup> P. (1999). *Actividades acrobáticas grupales y creatividad*. Madrid: Gymnos.
- Campo, J. del (2002). La evaluación como proceso integral: Una experiencia de evaluación de las habilidades gimnásticas en la ESO. *Aula de innovación educativa*, 115, pp. 28-32.
- Canalda, A. y San Miguel, G. (1996). *Educación secundaria obligatoria Créditos variables de educación física (bloque expresión)*. Barcelona: Paidotribo.
- Etapé, E. y Grande, I. (1994). El calentamiento en la Gimnasia Artística. *Perspectivas de la actividad física y el deporte*, 9.
- Etapé, E., López, M. y Grande, I. (1999). *Las habilidades gimnásticas y acrobáticas en el ámbito educativo. El placer de aprender*. Barcelona: INDE.
- Etapé, E. (2002). *La acrobacia en Gimnasia Artística. Su técnica y su didáctica*. Barcelona: INDE.
- Frontera, J. y Aquino, F. (1979). *Gimnasia deportiva masculina. Técnica y metodología*. Buenos Aires: Stadium.
- Habilidades Gimnásticas I. *La cooperación en el aprendizaje de las habilidades* (Vídeo). Madrid: Gymnos.
- Habilidades Gimnásticas II. *Suelo, saltos con apoyos* (Vídeo). Madrid: Gymnos.
- Hernández, J.L. y Velázquez, R. (2004). *La evaluación en educación física investigación y práctica en el ámbito escolar*. Barcelona: Graó.
- Jackman, J. y Currier, B. (1993). *Técnicas y juegos gimnásticos*. Barcelona: Paidotribo.
- Mateu, M. (1999). *1300 Ejercicios y juegos aplicados a las actividades gimnásticas*. Barcelona: Paidotribo.
- Pérez Pueyo, A.L. (2012). *Acrobacias una propuesta para todos y con todos en el marco del Estilo Actitudinal*. Madrid: CEP.
- Pock, K. (1988). *Gimnasia básica, I*. Madrid: Gymnos.
- Vernetta, M., López, J. y Panadero, F. (1996). *El acrosport en la escuela*. Barcelona: INDE.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

Vernetta, M., López bedoya, J. y Panadero, F. (2000). *Unidades didácticas para Secundaria. Aprendizaje de habilidades gimnásticas. Una propuesta a través de minicircuitos*. Barcelona: INDE.

- ATLETISMO:

Alonso, D. y Campo del, J. M. (2001). *Iniciación al Atletismo en Primaria*. Barcelona: Inde

Arufe, V. y Patiño, M<sup>a</sup> J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen I. Vigo: Asociación Cultural Gallega

Arufe, V. y Patiño, M<sup>a</sup> J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen II. Vigo: Asociación Cultural Gallega.

Arufe, V. y Patiño, M<sup>a</sup> J. (2005). *Tratado de atletismo en el siglo XXI*. Volumen III. Vigo: Asociación Cultural Gallega.

Bravo, J., Campos, J., Durán, J. y Martínez, J.L. (1993): *ATLETISMO III. Lanzamientos* (1<sup>a</sup> edición). Federación Española de Atletismo. Madrid: Federación Española de Atletismo.

Bravo, J., López, F. (1992): *ATLETISMO II. Saltos*. Madrid: C.O.E.

Bravo, J., Campos, J., Durán, J. y Martínez, J.L. (2000): *ATLETISMO III. Lanzamientos* (2<sup>a</sup> edición). Federación Española de Atletismo. Madrid: Federación Española de Atletismo.

Bravo, J.; Ruf, H.; Vélez, M. (2003). *Saltos verticales*. Madrid: RFEA.

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. INEFC (pp. 143-152). Lleida. Faleroni, *Actas del I Congreso de las Ciencias del Deporte y la Educación Física de*

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.

Durán (2002). *Manual básico de atletismo. Lanzamientos* (Tomo II). Madrid: RFEA.

Gil, F. Arroyaga, M<sup>a</sup>. y De la Reina, L. (1997). *Atletismo*. Madrid: M.E.C.





Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

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* (2ª Ed.). Madrid: Real Federación de Atletismo.

Hornillos, I. (2000). *Atletismo*. Barcelona: Inde.

Hubiche, J. L. 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

Seners, P. (2002): *Didáctica del Atletismo*. Barcelona: Inde.

Valero, A. (2007). *El atletismo y su iniciación*. Murcia: DM (Diego Marín) Colección Corpore.

Valero, A. (2007). *Unidades didácticas para la iniciación al atletismo (marcha atlética, salto de altura y lanzamiento de peso)*. Murcia: DM (Diego Marín) Colección Corpore

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.

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.

Valero, A. y Gómez, A. (2014). *Fundamentos del Atletismo. Claves para su enseñanza*. Madrid: Pila Teleña.

## 2. Métodos docentes / Teaching methodology

La metodología durante el desarrollo de la asignatura será activa y participativa, incidiendo en el análisis reflexivo y crítico por parte del alumnado.

El contenido de la asignatura al ser de tipo teórico-práctico, se llevará a cabo un tratamiento integrando de la teoría con la práctica.



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

Las clases teóricas y prácticas se complementarán con la realización y análisis de supuestos prácticos vinculados a los diferentes contenidos, lecturas específicas sobre los diferentes temas, actividades de enseñanza recíproca y reflexión sobre la propia práctica, y la posibilidad de realizar Aprendizaje y Servicio.

Se llevará un seguimiento de los trabajos que se realicen para el adecuado desarrollo y comprensión de los contenidos de la materia, ya sea individualmente o en grupo durante las sesiones de clase o mediante tutorías.

Se realizarán prácticas en las instalaciones deportivas relativas al desarrollo de los contenidos teórico-prácticos, por parte del profesor y de los estudiantes.

### 3. Tiempo de trabajo del estudiante / **Student workload**

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

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

#### Bloque de Gimnasia

Para la evaluación del bloque de Gimnasia se llevarán a cabo:

- Actividades de evaluación formativa que incluirá actividades participativas tanto individuales como grupales durante las sesiones presenciales de clase con el objetivo principal de fomentar la reflexión y



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

la capacidad de análisis, proporcionar feedback a los compañeros o compañeras de clase sobre actividades de clase, consolidar conocimientos fundamentales o introducir a la práctica docente en Educación Física. Se valorará el tipo, el grado y la calidad de la participación del alumnado en estas actividades. Se realizará mediante coevaluación, evaluación compartida y heteroevaluación en función del tipo de actividad.

- Además de las actividades de evaluación formativa desarrolladas durante las sesiones de clase, se llevará a cabo un trabajo grupal relacionado con los contenidos y prácticas desarrolladas de clase, con un seguimiento continuado mediante tutorías en la que se realizarán evaluación compartida.
- Prueba escrita individual sobre los contenidos teórico prácticos de la asignatura, en la que se incluirán cuestiones relativas tanto al "saber" como al "saber hacer" y en la que se realizará una heteroevaluación

Dadas las características de la materia se considera un requisito fundamental para la adecuada asimilación de los contenidos la participación y asistencia a las clases, mínimo 80%.

Los criterios de calificación serán los siguientes:

#### Bloque de Gimnasia (66,6%)

- Trabajos de clase individuales y/o en grupo. (3 pts)
- Trabajo grupal y seguimiento continuado del mismo. (3 pts)
- Prueba escrita sobre los contenidos teórico-prácticos de la materia. (4 pts)

La calificación final de este bloque se obtendrá de la superación de las tres partes

Para la evaluación del bloque de Atletismo se tendrá en cuenta:

#### Bloque de Atletismo (33,3%)

- Tareas de evaluación continua (tareas que, de acuerdo con la evolución del programa propondrá el profesor o profesora durante las clases con el objetivo principal de fomentar la reflexión y la capacidad de análisis y de consolidación de conocimientos).
- Trabajos de clase individuales y/o en grupo.
- Prueba escrita sobre los contenidos de la materia.

La calificación final de la asignatura resultará de la suma de la calificación obtenida en el bloque de Gimnasia (66,6%) y en el bloque de atletismo



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

(33,3%). Cada una de las partes de las que se compone la evaluación de este bloque tiene que ser superada al menos en el 50% de su calificación máxima.

Es necesario para superar la asignatura en su totalidad, superar cada uno de los bloques, así como asistir al 80% de las sesiones prácticas de cada bloque.

## 5. Cronograma / Course calendar

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
1-11	<p><u>Bloque de Gimnasia:</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Las actitudes como base para el trabajo de Gimnasia.</li><li>• Las ayudas y la seguridad como elementos imprescindibles. Papel y tipología de las ayudas. Las normas de seguridad.</li><li>• El calentamiento específico en gimnasia</li><li>• El Acrosport como actividad acrobática grupal.</li><li>• Giros: Consideraciones generales. Tipos. Descripción. Errores frecuentes. Ayudas. Progresiones.</li><li>• Equilibrios: Consideraciones generales. Tipos. Descripción. Errores frecuentes. Ayudas. Progresiones.</li><li>• Saltos</li><li>• Diseño y desarrollo progresiones de enseñanza y entrenamiento, ajustadas al contexto, nivel y características de los participantes</li><li>• Métodos, técnicas y estrategias de enseñanza en la iniciación de la</li></ul>	43	56



Asignatura: FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES INDIVIDUALES Y SU DIDÁCTICA II  
Código: 16813  
Centro: Facultad de Formación de Profesorado y Educación  
Titulación: Ciencias de la Actividad Física y del Deporte  
Nivel: Grado  
Tipo: Obligatoria  
Nº de créditos: 6 ECTS  
Curso académico 2018-19

Semana Week	Contenido Contents	Horas presenciales Contact hours	Horas no presenciales Independent study time
	gimnasia. <ul style="list-style-type: none"><li>• Procedimientos e instrumentos de evaluación aplicados a Gimnasia.</li></ul>		
12-18	<u>Bloque de Atletismo:</u> <ul style="list-style-type: none"><li>• Fundamentos de los saltos y lanzamientos en Atletismo</li><li>• Diseño, selección, desarrollo y evaluación de tareas de enseñanza y aprendizaje, y de entrenamiento de los saltos y lanzamientos.</li><li>• Métodos, técnicas y estrategias de enseñanza y entrenamiento de los saltos y lanzamientos.</li><li>• Procedimientos e instrumentos de evaluación aplicados a los saltos y lanzamientos.</li></ul>	21	26
	Tutorías programadas durante el semestre en función del ritmo del aprendizaje	4 h	
	Total horas	68 horas presenciales	82 horas no presenciales

Las horas de programación de seminarios han sido distribuidas entre las 18 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.