



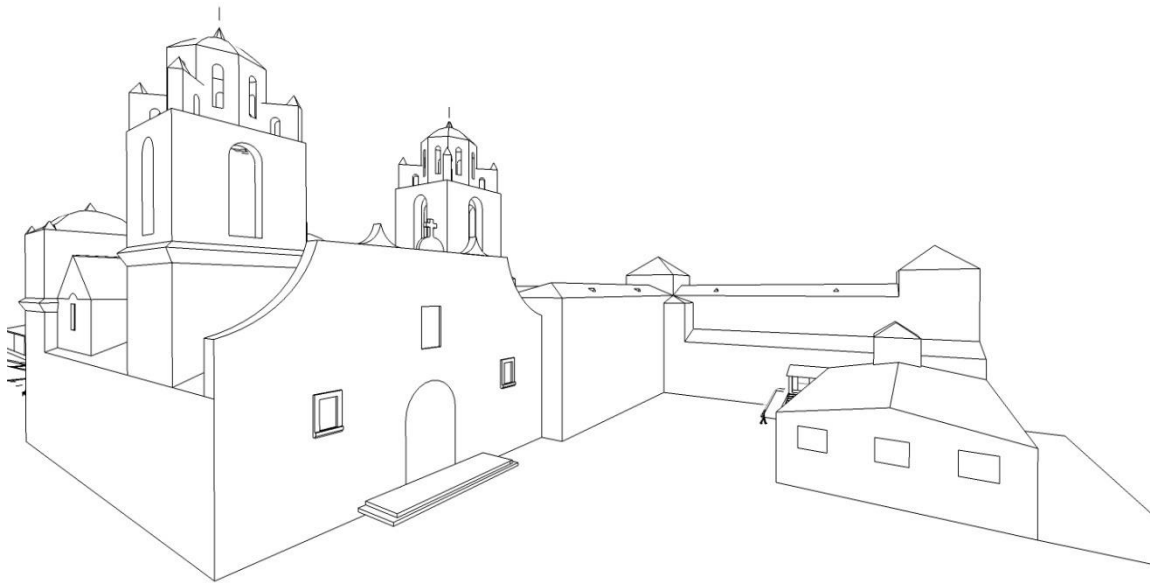
# Guía Docente 2016/2017

## Deportes Individuales y Colectivos I

### *Individual and TeamSports I*

Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Modalidad de enseñanza presencial



## Índice

<b>Deportes Individuales y Colectivos I .....</b>	<b>3</b>
<b>Breve descripción de la asignatura .....</b>	<b>3</b>
<b>Requisitos Previos .....</b>	<b>3</b>
<b>Objetivos de la asignatura .....</b>	<b>4</b>
<b>Competencias y resultados de aprendizaje .....</b>	<b>4</b>
<b>Metodología .....</b>	<b>5</b>
<b>Temario.....</b>	<b>6</b>
<b>Relación con otras asignaturas .....</b>	<b>8</b>
<b>Sistema de evaluación .....</b>	<b>8</b>
<b>Bibliografía y fuentes de referencia .....</b>	<b>9</b>
<b>Web relacionadas .....</b>	<b>10</b>
<b>Recomendaciones para el estudio.....</b>	<b>11</b>
<b>Materiales didácticos .....</b>	<b>11</b>
<b>Tutorías .....</b>	<b>12</b>

## Deportes Individuales y Colectivos I

Módulo: **Fundamentos de los Deportes**

Materia: **Fundamentos de los Deportes**

Carácter: **Obligatoria**

Nº de créditos: **4,5**

Unidad Temporal: **Primer curso – cuatrimestral**

Profesor/a de la asignatura: **D. Antonio Peñalver Asensio – D. Juan Alfonso García Roca – D. Alberto Castillo Díaz – D. Francisco Javier Toscano Bendala.**

Email: [apenalver@ucam.edu](mailto:apenalver@ucam.edu) - [jagarcia@ucam.edu](mailto:jagarcia@ucam.edu) - [acastillo@ucam.edu](mailto:acastillo@ucam.edu) – [fitoscano@ucam.edu](mailto:fitoscano@ucam.edu)

Horario de atención a los alumnos/as: **D. Antonio Peñalver Asensio (martes y viernes: 11:15 a 12:15 h.) – D. Juan Alfonso García Roca (martes: 16:30 a 17:30 y de 19 a 20 h.) – D. Alberto Castillo Díaz (lunes de 10 a 11 h. y jueves de 11:45 a 12:45 h.) – D. Francisco Javier Toscano Bendala (martes y jueves: 17:30 a 18:30 h.).**

Profesor/a coordinador de módulo, materia o curso: **D. Pedro Sánchez González.**

### Breve descripción de la asignatura

Es fundamental que los profesionales de la educación física y del deporte, tengan un conocimiento de base, sobre, cuáles son las características básicas que deben predominar en deportes de ámbito individual y colectivo. Así como, qué estrategias, metodologías y procedimientos de intervención son más adecuados, en función de los diferentes contextos deportivos de base (escuelas deportivas, deporte escolar, etc.). Así mismo, se abordarán contenidos directamente relacionados con los reflejados en el módulo de Fundamentos de los Deportes “Bases generales: Características y elementos. Evolución histórica. Reglamento. Fundamentos. Metodología en la iniciación deportiva. Enseñanza y aprendizaje de los fundamentos técnico-tácticos”. Estos abordan todos los aspectos considerados necesarios para comprender, este proceso complejo del que se habla, y que sentará la base sobre la que se construirá a los deportistas.

### Brief Description

It is essential that professionals of physical education and sports, have a basic knowledge on what are the basic features that should predominate in individual and team sports. Moreover, to strategies, methodologies and intervention procedures are more suitable, depending on different contexts based sports (sports schools, school sports, etc...). Also, be addressed contents directly related to those reflected in the module of Fundamentals of Sports "General Rules: Characteristics and elements. Historical evolution. Regulation. Fundamentals. Methodology in sports initiation. Teaching and learning of technical and tactical fundamentals." These contents covering all aspects deemed necessary to understand this complex process that is spoken, and lay the foundation on which to build the athletes.

### Requisitos Previos

No se contemplan requisitos previos

## Objetivos de la asignatura

1. Conocer y comprender los conceptos básicos para la iniciación deportiva en Atletismo y Fútbol.
2. Conocer, comprender y analizar los elementos técnicos y tácticos básicos para la iniciación deportiva en Atletismo y Fútbol.
3. Conocer, comprender y analizar el proceso de enseñanza-aprendizaje durante la iniciación deportiva en Atletismo y Fútbol.
4. Elaborar, desarrollar y poner en práctica tareas de enseñanza aprendizaje relacionadas con la Iniciación deportiva en Atletismo y Fútbol.

## Competencias y resultados de aprendizaje

### Competencias transversales

- (CT1) Capacidad de análisis y síntesis.
- (CT2) Capacidad de organización y planificación.
- (CT3) Comunicación oral y escrita en lengua nativa.
- (CT7) Resolución de problemas.
- (CT8) Toma de decisiones.
- (CT9) Trabajo en equipo.
- (CT13) Razonamiento crítico.
- (CT14) Compromiso ético.
- (CT15) Aprendizaje autónomo.
- (CT21) Motivación por la calidad.

### Competencias específicas

- (CES10) Aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- (CES14) Conocer, entender, y saber enseñar combinando teoría y práctica las habilidades y didáctica de la práctica básica del deporte.
- (CES15) Tener y saber aplicar las habilidades prácticas del deporte.
- (CES16) Saber enseñar actividades básicas del deporte de acuerdo a los principios de horizontalidad y verticalidad de la articulación de la formación de las personas.

### Resultados de aprendizaje

- (RA) Comprender y distinguir las posibilidades que tiene las distintas tecnologías de la información y comunicación en actividad física y el deporte.
- (RA) Utilizar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) para el desempeño de sus actividades formativas y profesionales.
- (RA) Comprender y distinguir las posibilidades de la práctica básica del deporte.
- (RA) Diseñar y realizar procesos de enseñanza-aprendizaje a nivel de la práctica básica del deporte.
- (RA) Adquirir conocimientos aplicados prácticos a nivel de la práctica básica de distintos deportes.
- (RA) Comprender y distinguir la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes.

## Deportes Individuales y Colectivos I

(RA) Diseñar de forma integrada y realizar procesos de enseñanza-aprendizaje teniendo en cuenta la relación y evolución de la práctica de los distintos deportes.

### Metodología

Metodología	Horas	Horas de trabajo presencial	Horas de trabajo no presencial
Exposición teórica, seminarios y talleres	18	45 horas (40 %)	
Tutorías seguimiento	2,3		
Seminarios y talleres	2,9		
Prácticas docentes	19,5		
Evaluación	2,3		
Trabajo autónomo	33,75		67 horas (60 %)
Trabajos aplicados	33,75		
<b>TOTAL</b>	<b>112,5</b>	<b>45</b>	<b>67,5</b>

#### *Exposición teórico- práctica*

Presentación en el aula de los contenidos teórico-prácticos por parte del docente, en el aula o a través de medios audiovisuales. Las presentaciones y/o materiales de apoyo para el estudio estarán a disposición del alumnado en el campus virtual.

#### *Tutorías seguimiento*

Se realizarán dos tutorías a lo largo del cuatrimestre para aclarar dudas o problemas planteados en el proceso de aprendizaje, dirigir trabajos, revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, y orientar al alumnado acerca de los trabajos.

#### *Seminarios y talleres*

Se abordarán temas relacionados con cada unidad didáctica. Se ilustrará algún contenido teórico con materiales informáticos y/o audiovisuales (documentales) para después someterlos a debate. También se expondrán los trabajos de grupo realizados por los alumnos.

#### *Prácticas docentes*

En ellas se aplicarán a nivel práctico los conocimientos adquiridos en las clases magistrales. Se realizarán nueve prácticas en pabellón deportivo.

#### *Trabajo autónomo*

Comprende el tiempo que el alumno dedica al estudio personal teórico y práctico del alumno para asimilar los materiales y temas presentados en las clases

#### *Trabajos aplicados*

Comprende el tiempo que el alumno dedica a la elaboración de los trabajos de la asignatura.

## Temario

### Programa de la enseñanza teórica

#### *Unidad Didáctica I. El atletismo como deporte individual.*

##### Tema 1. Introducción al atletismo.

- 1.1. El atletismo como deporte. Análisis formal y funcional. Estructura interna.
- 1.2. Reseña histórica y evolución de las diferentes especialidades atléticas.
- 1.3. El Atletismo en la actualidad. Análisis de la estructura institucional.
- 1.4. Clasificación de las distintas especialidades del atletismo.
  - 1.4.1. Las carreras.
  - 1.4.2. La marcha atlética.
  - 1.4.3. Los Saltos.
  - 1.4.4. Los Lanzamientos.

##### Tema 2. Enseñanza del atletismo en distintos ámbitos.

- 2.1. El atletismo en la escuela. Una visión de la utilización del atletismo como parte fundamental de itinerario curricular de primaria y secundaria.
- 2.2. El atletismo de iniciación. Diferentes modelos de iniciación deportiva.
- 2.3. Edad óptima de iniciación en el atletismo. Modelos técnicos de iniciación en el atletismo. Diseño de un modelo operativo.
- 2.4. Alternativas al modelo tradicional de competición infantil. Visión de nuevos modelos de éxito en la promoción del atletismo.
  - 2.4.1. Mini-atletismo.
  - 2.4.2. Nuevas propuestas.
- 2.5. Diseño de tareas y actividades
  - 2.5.1. Las bases motrices de las especialidades atléticas.
  - 2.5.2. Características de las tareas.
  - 2.5.3. Diseño de una progresión de actividades.

##### Tema 3. Especialidades atléticas.

- 3.1. Carreras lisas y carreras con vallas.
  - 3.1.1. Generalidades: Historia y evolución. Reglamentación y dinámica de competición.
  - 3.1.2. Fundamentos técnicos.
  - 3.1.3. Errores comunes.
  - 3.1.4. Didáctica: Progresión de actividades. Evaluación del análisis técnico.
- 3.2. La marcha atlética.
  - 3.2.1. Generalidades: Historia y evolución. Reglamentación y dinámica de competición.
  - 3.2.2. Fundamentos técnicos.
  - 3.2.3. Errores comunes.
  - 3.2.4. Didáctica: Progresión de actividades. Evaluación del análisis técnico.
- 3.3. Saltos horizontales y saltos verticales.
  - 3.3.1. Generalidades: Historia y evolución. Reglamentación y dinámica de competición.

## Deportes Individuales y Colectivos I

- 3.3.2. Fundamentos técnicos.
- 3.3.3. Errores comunes.
- 3.3.4. Didáctica: Progresión de actividades. Evaluación del análisis técnico.
- 3.4. Lanzamientos: Peso, jabalina, y disco y martillo.
  - 3.4.1. Generalidades: Historia y evolución. Reglamentación y dinámica de competición.
  - 3.4.2. Fundamentos técnicos.
  - 3.4.3. Errores comunes.
  - 3.4.4. Didáctica: Progresión de actividades. Evaluación del análisis técnico.
- 3.5. Pruebas combinadas.
  - 3.5.1. Generalidades: Historia y evolución. Reglamentación y dinámica de competición.
  - 3.5.2. Didáctica: Progresión de actividades.

### *Unidad didáctica II. El fútbol como deporte de equipo.*

#### Tema 4. Bases generales del Fútbol.

- 4.1. Reseñas Históricas del Fútbol.
- 4.2. Características del Fútbol para la enseñanza.
- 4.3. Modelos de Enseñanza Entrenamiento en Fútbol.

#### Tema 5. Los Principios Generales del Juego. Conservar, progresar y finalizar.

- 5.1. Consideraciones Previas.
- 5.2. Los Roles del Jugador de Fútbol.
- 5.3. Los Principios del Juego del Fútbol.
- 5.4. Las Intenciones Tácticas.
- 5.5. Habilidades que utiliza el jugador en el ciclo de juego.

#### Tema 6. Habilidades Individuales. Nuevas consideraciones.

- 6.1. Consideraciones Previas
- 6.2. Medios T-T Individuales en Ataque.
- 6.3. Medios T-T Individuales en Defensa.
- 6.4. Medios T-T Específicos del Portero.

#### Tema 7. La táctica en el Fútbol.

- 7.1. Consideraciones Previas
- 7.2. Medios T-T Colectivos en Ataque.
- 7.3. Medios T-T Colectivos en Defensa.

#### Tema 8. Fases de Juego y Sistemas de Juego en Fútbol 11. Fútbol 7 Otras habilidades de Equipo.

- 8.1. Medios T-T Colectivos en Ataque.
- 8.2. Medios T-T Colectivos en Defensa.
- 8.3. Sistemas de Juego.
- 8.4. Sistemas de Juego para Fútbol 11.
- 8.5. Sistemas de Juego para Fútbol 7.

## Deportes Individuales y Colectivos I

Tema 9. Planificación de la Formación del Futbolista.

- 9.1. Consideraciones Previas.
- 9.2. Tipos de Tareas.
- 9.3. Estructura de una Sesión.

### Programa de la enseñanza práctica

*Práctica 1.* Las carreras lisas y los relevos.

*Práctica 2.* Carreras con vallas.

*Práctica 3.* Los saltos horizontales.

*Práctica 4.* Los saltos Verticales.

*Práctica 5.* Los lanzamientos

*Práctica 6.* Modelos de enseñanza en el fútbol.

*Práctica 7.* De la técnica individual a las intenciones tácticas.

*Práctica 8.* De las habilidades individuales a las acciones colectivas.

*Práctica 9.* Estrategia y táctica colectiva I.

*Práctica 10.* Estrategia y táctica colectiva II.

*Taller 1.* El reglamento – Atletismo.

*Taller 2.* El reglamento – Fútbol.

## Relación con otras asignaturas

La asignatura de Deportes Individuales y Colectivos I está directamente relacionada con las asignaturas pertenecientes al módulo de Fundamentos de los Deportes (Fundamentos de la Iniciación Deportiva, Deportes Individuales y Colectivos II, Deportes de Combate e Implemento, Deportes Gimnásticos y de Soporte musical, Deportes de Raqueta y Deportes Acuáticos y de deslizamiento). A su vez, de forma complementaria, ésta se relaciona con muchas otras asignaturas de la titulación, como pueden ser las correspondientes al módulo de Educación Física, Ciencias Aplicadas a la Actividad Física y el Deporte, Ciencias Biológicas, Ciencias Sociales y Metodología, Planificación y Control del Entrenamiento, ya que comparten el área de conocimiento de la iniciación deportiva. Aporta también, los elementos conceptuales básicos para el posterior módulo de Especialización deportiva.

## Sistema de evaluación

Evaluación continua

Convocatoria de Febrero/Junio

- **Pruebas escritas:** 50% del total de la nota. Requisitos: Alumnos que superen el 60% de asistencia a clase: En este caso la parte teórica de la asignatura, será evaluada en dos parciales eliminatorios, que deben ser superados de forma independiente. El valor de cada una de las pruebas será: primer parcial 25 %, y segundo parcial 25 %. El alumno que no supere el porcentaje



## Deportes Individuales y Colectivos I

de asistencia deberá realizar un examen final con todo el contenido de la asignatura. El examen consistirá en preguntas tipo test o de verdadero o falso y preguntas de respuesta corta.

- **Trabajo teórico-prácticos:** 40% del total de la nota. Requisitos: Asistencia al 80% del total de las prácticas y calificación de 5 puntos en cada uno de los trabajos que se propongan (Ver guía de elaboración de trabajos). De no cumplir con el porcentaje de asistencia deberá hacer un examen de suficiencia práctica. El examen consistirá en preguntas sobre las aplicaciones prácticas desarrolladas durante el año.

- **Talleres prácticos:** 10% del total de la nota. Requisitos: Asistencia al 60% de los talleres y calificación de 5 puntos en cada uno de los ejercicios que se propongan. Deberán realizar un informe por cada taller.

Para aprobar la asignatura deberá obtenerse al menos la mitad de la puntuación de cada uno de los instrumentos de evaluación.

### Convocatoria de Septiembre

- **Pruebas escritas:** 50% del total de la nota. Requisitos: Alumnos que superen el 60% de asistencia a clase: En este caso el alumno realizará el parcial que no haya superado en la convocatoria de febrero/junio. El valor de cada una de las pruebas será: primer parcial 25 %, y segundo parcial 25 %. El alumno que no se ha examinado en la convocatoria anterior se deberá examinar de toda la asignatura. El examen consistirá en preguntas tipo test o de verdadero o falso y preguntas de respuesta corta.

- **Trabajo teórico-prácticos:** 40% del total de la nota. Requisitos: Asistencia al 80% del total de las prácticas y calificación de 5 puntos en cada uno de los trabajos que se propongan (Ver guía de elaboración de trabajos). De no cumplir con el porcentaje de asistencia deberá hacer un examen de suficiencia práctica. El examen consistirá en preguntas sobre las aplicaciones prácticas desarrolladas durante el año.

- **Talleres prácticos:** 10% del total de la nota. Requisitos: Asistencia al 60% de los talleres y calificación de 5 puntos en cada uno de los ejercicios que se propongan. Deberán entregar un informe por cada taller.

Para aprobar la asignatura deberá obtenerse al menos la mitad de la puntuación de cada uno de los instrumentos de evaluación.

### Convocatoria de Septiembre

- Pruebas teórico-prácticas: (100%) en las que se evaluarán los contenidos de los temas desarrollados mediante exposición teórico-práctica.

## Bibliografía y fuentes de referencia

### Bibliografía básica

- RiusSant, J. (2005). *Metodología y técnicas del atletismo*. Barcelona: Paidotribo.

## Deportes Individuales y Colectivos I

- Morgan, K. (2011). *Athletics Challenges: A Resource Pack for Teaching Athletics*. London: Routledge.
- Hubiche, J.L. (1999). *Comprender el atletismo : su práctica y su enseñanza*. Zaragoza: Inde.
- Federación Internacional de Fútbol Asociación. (2008). *Reglas de juego*. Zurich.
- Moreno y cols. (2005). *Táctica elemental en etapas del fútbol base. Curso nivel-1. Instructor de Fútbol base*. Madrid: Federación Española de Fútbol. Escuela Nacional.
- Moreno y cols. (2005). *Enseñanza de la técnica del fútbol base. Curso nivel 1. Instructor de fútbol base*. Madrid: Federación Española de Fútbol. Escuela Nacional.

### Bibliografía complementaria

- Laigret, F. (2000). *Atletismo. As reglas, a técnica, a prática*. Lisboa: Estampa.
- American Sport Education Program. (2008). *Coaching Youth. Track & Field*. Champaign: Human Kinetics.
- Polischuk, V. (2007). *Atletismo: iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Campos, J. & Gallach, J.E. (2004). *Las técnicas de atletismo. Manual práctico de enseñanza*. Barcelona: Paidotribo.
- Real Federación Española de Atletismo. (2012) *Reglamentación 2012-2013*. RFEA: Madrid.
- Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo. *Reglas de Competición*. Mónaco: IAAF.
- Blázquez, D. (1986). *Iniciación a los deportes de equipo*. Barcelona: Martínez Roca.
- Hernández Moreno, J. (1994). *Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- López, J. (2002). *1380 juegos globales para el entrenamiento de la técnica*. Sevilla: Wanceulen.
- Pacheco, R. (2004). *La enseñanza y el entrenamiento del Fútbol 7*. Barcelona: Paidotribo.
- Portugal, M.A. (2000). *Fútbol: Medios de entrenamiento con balón*. Madrid: Gymnos.
- Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño*. Madrid: Real Federación Española de Fútbol.
- Wein, H. (1999). *Fútbol a la medida del adolescente*. Sevilla: Centro de Estudios, Desarrollo e Investigación del Fútbol Andaluz y Federación Andaluza de Fútbol.

### Web relacionadas

- Página web de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la UCAM.  
<http://www.ucam.edu/estudios/grados/cafd>
- Página web de la Revista del Departamento de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte con artículos de todo tipo relacionados con la iniciación deportiva.  
<http://ccd.ucam.edu>
- Página web del deporte escolar del Consejo Superior de Deportes (CSD)  
<http://www.csd.mec.es/csd/competicion/05deporteescolar/view>
- Página web de la Federación de Atletismo de la Región de Murcia.  
<http://www.lafamu.es>
- Página web con recursos de ejercicios para saltos y lanzamientos.

## Deportes Individuales y Colectivos I

- <http://www.coaches-eye.com/>
- Página web con recursos de ejercicios para carreras con y sin vallas.  
<http://www.tartan.nl/oef/group.asp?group=4>
- Página web acerca de Educación y Atletismo.  
[http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50\\_educacion\\_atletismo/curso/archivos/guia\\_profesor.htm](http://concurso.cnice.mec.es/cnice2005/50_educacion_atletismo/curso/archivos/guia_profesor.htm) - arriba
- Página web de la Federación de Fútbol de la Región de Fútbol  
<http://www.ffm.es>
- Página web de Fútbol Base.  
<http://www.futbolbase.com>

## Recomendaciones para el estudio

Tener en cuenta las indicaciones que le dará su profesor al inicio de curso. El profesor concretará al grupo de alumnos la periodización de los contenidos, la bibliografía y material de trabajo, las metodologías a seguir, así como otras pautas de interés que afectan al aprendizaje de la asignatura.

Asistir a las clases y participar en ellas de forma activa.

Orientar el esfuerzo y el estudio al razonamiento argumentado de los contenidos de la asignatura. Utilizar el horario establecido, el Campus Virtual o el correo electrónico para la consulta y resolución de dudas al profesor.

Tener presentes los conocimientos adquiridos en otras asignaturas del módulo de Fundamentos de los Deportes, para ir relacionándolos con los temas tratados en esta asignatura y adquirir, de este modo, un conocimiento global y fundamentado

Consultar la bibliografía recomendada en cada tema y no limitarse al estudio de los apuntes tomados en clase.

En los trabajos y pruebas escritas restará de la nota final: a) 0,2 por ausencia de tilde, b) 0,5 por falta ortográfica leve, y c) 1 por falta ortográfica grave (dever, valon, renovación...).

## Materiales didácticos

Los materiales didácticos que se van a utilizar en esta asignatura para facilitar la adquisición de las competencias son:

- Presentaciones (PowerPoint), que el profesor utiliza de guía (no como apuntes de la asignatura). El alumno deberá elaborar sus propios apuntes utilizando todos los materiales didácticos que aquí se describen.
- Artículos científicos, que se comparten a través del Campus Virtual y que estarán relacionados con cada unidad didáctica concreta.
- Documentos de apoyo, que también se van a compartir a través del Campus Virtual o bien se pedirá a los alumnos que los busquen a través de tecnologías de la información y comunicación. También estarán relacionados con cada unidad didáctica.
- Materiales audiovisuales de apoyo relacionados con cada unidad didáctica concreta.

## Tutorías

### *Tutoría académica*

En la tutoría académica se va a trabajar el Decreto n.º 359/2009, de 30 de octubre, por el que se establece y regula la respuesta educativa a la diversidad del alumnado en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia. La asistencia a las tutorías académicas, es fundamental para conocer el funcionamiento y el uso de todos los materiales didácticos y de la normativa de esta asignatura. Con ellas se pretende orientar y asesorar al estudiante en el proceso de enseñanza-aprendizaje y contribuir a la consolidación de conocimientos, habilidades, destrezas, capacidades y actitudes vinculadas con competencias transversales o generales como trabajo en equipo, comunicación oral y escrita, valores y deontología profesional y aprendizaje autónomo del estudiante.

### *Tutoría personal*

La Universidad, además, dispone de un Cuerpo Especial de Tutores que realiza tutoría personal con los estudiantes matriculados en el grado. El tutor/a personal acompaña a los estudiantes durante toda la etapa universitaria. Se puede consultar el siguiente enlace:

<http://www.ucam.edu/servicios/tutorias/preguntas-frecuentes/que-es-tutoria>