

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE  
**CHIHUAHUA**

Clave: 08MSU0017H

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA

SECRETARÍA ACADÉMICA

Iniciación y Didáctica del Atletismo I

Elaboró:

Dr. Samuel Alfredo Islas Guerra

Colaboro.

Dra. Ruth del Carmen Grajeda González

Mc. Leopoldo López Baca

DES:

SALUD

Programa Educativo:	Licenciatura en Entrenamiento Deportivo
Área de Formación:	Específica
Área Curricular:	Deporte
Clave de la materia:	ED306
Semestre:	Tercero
N° de Créditos:	6
Total de horas por semana:	3
Horas de teoría:	2
Horas de taller:	0
Horas de laboratorio:	1
Horas de práctica:	1
Prácticas complementarias (no aplica para el total de horas del semestre):	12
Trabajo independiente (no aplica para el total de horas del semestre):	1
Total de horas Semestre:	48
Materia (s) prerequisite (s):	Ninguna
Fecha de actualización	Enero 2023

**Descripción del curso**

**PERFIL DE EGRESO DEL EDUCADOR FÍSICO**

Promueve la elaboración de herramientas del estudiante mediante el conocimiento y las practicas propias de la materia como la aplicación adecuada del reglamento a través del modelo educativo de la institución, desarrollando habilidades físicas básicas en las clases teóricas y prácticas, que favorezcan estilos de vida saludables adquiriendo compromiso personal y ético.

Problema del contexto:

La práctica en la disciplina de atletismo en nuestro país carece de especialistas del área, problemática que buscamos trabajar con el programa de atletismo, pues reconocemos que a través del atletismo logramos introducir a la sociedad en la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y el deporte de competencia, con un sentido inclusivo, diverso y multicultural, con visión humanista y de compromiso social.

**Competencia a desarrollar**

Básica.

Evidencia respeto hacia valores, costumbres, pensamientos y opiniones de los demás, apreciando y conservando el entorno.

3.Comunicación.

Utiliza diversos lenguajes y fuentes de información para comunicarse efectivamente

5. Trabajo en Equipo y Liderazgo

Demuestra comportamientos efectivos al interactuar en equipos y compartir conocimientos, experiencias y aprendizajes para la toma de decisiones y el desarrollo grupal.

Específica.

11. Educación Física, el Deporte y la Recreación

Promueve la enseñanza y práctica de la actividad física al diseñar y aplicar de una forma sistemática y metodológica acciones que corresponden a programas de educación física; deportivos y de recreación, desarrolla actitudes de respeto y participativas, interactuando con diferentes grupos promoviendo su calidad de vida y generando cultura física.

12. Enfoque Psicopedagógico De La Educación Física, El Deporte Y La Recreación.

Identifica, aplica y promueve con eficiencia, principios y técnicas pedagógicos, dando respuesta a problemas del individuo relacionado con la enseñanza y práctica de la actividad física

OBJETOS DE APRENDIZAJE	COMPETENCIAS	DOMINIOS	METODOLOGÍA	EVIDENCIAS DE DESEMPEÑO	CRITERIOS DE EVALUACIÓN
<p><b>Objeto de aprendizaje 1</b></p> <p>Historia, Antecedentes y división del atletismo</p> <p>1.1. Definición del Atletismo</p> <p>1.2 Historia del Atletismo.</p> <p>1.3. Antecedentes del Atletismo en Juegos Olímpicos, Mundiales, atletas mexicanos.</p> <p>1.4. División y ubicación del Atletismo</p>	<p>1. Sociocultural</p>	<p>1.1 Interpreta eventos históricos y sociales de carácter universal.</p> <p>1.2. Demuestra valores ante las diferentes costumbres y diferencias y hacia lo multicultural.</p> <p>1.4. Demuestra interés por diferentes fenómenos sociales y culturales.</p> <p>1.10. Actúa como promotor de la calidad de vida</p>	<p>Presentación en cualquier plataforma</p> <p>Cuadro conceptual del atletismo</p> <p>Exposición teórica practica por parte del docente y alumno</p> <p>Lecturas complementarias</p> <p>Inicio del portafolio</p>	<p>Presenta un reporte de la relación de la cronología (con características) de los Juegos Olímpicos de la era moderna</p> <p>Diseña y presenta una línea del tiempo sobre los antecedentes y evolución de las pruebas atléticas</p> <p>Realizar un cuadro sinóptico de la división del atletismo basado en el programa oficial de atletismo de la WA (World Athletic).</p> <p>Recopilación de tareas y exposiciones para la creación del portafolio final.</p>	<p>Rubricas de evaluación</p> <p>Presentación Digital</p> <p>Ensayos de los temas</p> <p>Inicio del Portafolio de evidencias</p>
<p><b>Objeto de aprendizaje 2</b></p> <p>Pruebas de Pista(Velocidad)</p>	<p><b>Básica</b></p> <p>2.Solución de Problemas</p>	<p>2.4. Aplica la tecnología a la solución de problemáticas</p>	<p>Presentación en cualquier plataforma</p> <p>Exposición teórica práctica por parte del docente y alumno</p>	<p>Reflexión de lecturas complementarias y videos</p> <p>Aplicación a clase práctica de ejercicios</p>	<p>Portafolio de evidencias</p> <p>Exposición teórica</p> <p>Exposición practica (Juegos y ejercicios)</p>

<p>2.1 Calentamiento y su división en el Atletismo 2.2 Block de salida 2.3 Velocidad</p> <p>Pruebas. Técnica Táctica Reglamento</p>	<p>5.Trabajo en Equipo y Liderazgo</p> <p><b>Profesional</b></p> <p>7.Elementos Conceptuales Básicos</p>	<p>5.5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p> <p>7.1. Explica conceptualmente los componentes básicos en el área de la salud.</p>	<p>Clases Teóricas y Practicas</p> <p>Investigación bibliográfica</p> <p>Avance del portafolio Practica complementaria</p>	<p>básicos y juegos que desarrollen los temas.</p> <p>Buscar artículos relacionado a las pruebas básicas</p> <p>Ejecutar los movimientos básicos que se necesitan en cada prueba del atletismo</p> <p>Recopilación de tareas y exposiciones para la creación del portafolio final. Reporte de practica complementaria</p>	<p>Reporte Complementario</p>
<p><b>Objeto de aprendizaje 3</b></p> <p>Pruebas de Pista (Vallas y Relevos)</p> <p>3.3 Vallas 3.4 Relevos</p> <p>Pruebas. Técnica Táctica Reglamento</p>	<p><b>Básica</b></p> <p>3. Comunicación 5. Trabajo en Equipo y Liderazgo</p>	<p>3.1. Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio, conferencias de voz entre otros).</p> <p>5.1. Participa en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>5.5 Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia</p>	<p>Presentación en cualquier plataforma</p> <p>Exposición teórica práctica por parte del docente y alumno</p> <p>Clases Teóricas y Prácticas</p> <p>Investigación bibliográfica</p> <p>Avance del portafolio Practica complementaria</p>	<p>Análisis de lecturas complementarias y videos</p> <p>Aplicación a clase práctica de ejercicios básicos y juegos que desarrollen los temas.</p> <p>Buscar artículos relacionado a las pruebas básicas</p> <p>Ejecutar los movimientos básicos que se necesitan en cada prueba del atletismo</p>	<p>Portafolio de evidencias Exposición teórica Exposición practica (Juegos y ejercicios) Reporte Complementario</p>

		<p>el logro de una meta común.</p> <p>5.6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>5.8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal</p> <p>9.4. Planifica, implementa y evalúa su práctica docente.</p> <p>9.5. Emplea diferentes métodos para establecer alternativas de solución de problemas</p>		<p>Recopilación de tareas y exposiciones para la creación del portafolio final.</p> <p>Reporte de practica complementaria</p>	
<p><b>Objeto de aprendizaje 4</b></p> <p>Pruebas de Campo de saltos</p> <p>4.1 Longitud</p> <p>4.2 Triple</p> <p>4.3 Altura</p> <p>4.4 Garrocha</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fases de salto</li> </ul>	<p>3.Comunicación.</p> <p>5. Trabajo en Equipo y Liderazgo</p> <p>ESPECIFICA</p> <p>11. Educación Física, el Deporte y la Recreación</p>	<p>3.1 Demuestra dominio básico en el manejo de recursos documentales y electrónicos que apoyan a la comunicación y búsqueda de información (Internet, correo electrónico, audio,</p>	<p>Presentación en cualquier plataforma</p> <p>Exposición teórica práctica por parte del docente y alumno</p> <p>Clases Teóricas y Practicas</p> <p>Investigación bibliográfica</p>	<p>Reflexión de lecturas complementarias y videos</p> <p>Aplicación a clase práctica de ejercicios básicos y juegos que desarrollen los temas.</p> <p>Buscar artículos relacionado a las pruebas básicas</p>	<p>Rubricas de evaluación</p> <p>Reporte Complementario</p> <p>Exposición teórica y practica</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Técnicas</li> <li>● Material a utilizar</li> <li>● Reglamento</li> </ul> <p>Jueceo</p>		<p>conferencias de voz entre otros).</p> <p>5.1. Participa en la elaboración y ejecución de planes y proyectos mediante el trabajo en equipo.</p> <p>5.5 Desarrolla y estimula una cultura de trabajo de equipo hacia el logro de una meta común.</p> <p>5.6. Demuestra respeto, tolerancia, responsabilidad y apertura a la confrontación y pluralidad en el trabajo grupal.</p> <p>5.8. Identifica la diversidad y contribuye a la conformación y desarrollo personal y grupal</p> <p>5.9. Identifica habilidades de liderazgo.</p> <p>11.4. Aplica y transfiere técnicas, estrategias y tácticas en lo individual y colectivo de diferentes disciplinas deportivas</p> <p>11.6. Interpreta y aplica el reglamento</p>	<p>Búsqueda de videos para analizar la técnica.</p> <p>Practica complementaria</p> <p>Avance del portafolio</p>	<p>Ejecutar los movimientos básicos que se necesitan en cada prueba del atletismo</p> <p>Reporte de practica complementaria.</p> <p>Recopilación de tareas y exposiciones para la creación del portafolio final en digital.</p>	
---	--	--	---	---	--

		oficial de las disciplinas deportivas que más			

FUENTES DE INFORMACIÓN (Bibliografía, direcciones electrónicas)	EVALUACIÓN DE LOS APRENDIZAJES (Criterios, ponderación e instrumentos)
<p>Alonso, S. F., da Vila Alonso, A. M., &amp; Díaz, J. R. (2020). El atletismo en pista: propuesta didáctica para su integración en la Educación Primaria. <i>Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación</i>, (37), 731-737.</p> <p>Campos Granell, J., &amp; Gallach Lazcorreta, J. E. (2004). Las técnicas de Atletismo: Manual práctico de enseñanza.</p> <p>Giménez, J. P., &amp; Galiano, G. B. (2017). Propuesta multidisciplinar para la iniciación al atletismo en la escuela primaria. <i>EmásF: revista digital de educación física</i>, (47), 127-141.</p> <p>Ramírez, M. (2014). Manual del entrenador. Manual organizacional para oficinas y jueces de atletismo.</p> <p>Rius, J. (2004). Metodología y técnicas de atletismo (Vol. 1)</p> <p>Rius, J. (2009). Metodologías y técnicas de atletismo (Vol.2)</p> <p>Sant, J. R. (2005). <i>Metodología y técnicas de atletismo</i>. Editorial Paidotribo.</p> <p>Valenzuela, A. V., &amp; Mármol, A. G. (2019). <i>Fundamentos del Atletismo: Claves para su enseñanza</i>. Editorial Pila Teleña.</p> <p>Didáctica del atletismo. Parte I. PISTA Primera Edición 2015 ISBN 978-607-8404-12-4</p> <p><a href="#">Manual organizacional para oficiales y jueces de atletismo</a> Ramírez Gutierrez, Mono Alberto</p> <p><b>Sitios WEB en consulta.</b></p>	<p><b>Primera Evaluación Parcial.....30%</b></p> <p>Presentación Digital 30% Ensayos de los temas 30% Portafolio de evidencias 40%</p> <p>Total: 100%</p> <p><b>Segunda Evaluación Parcial..... 30%</b></p> <p>Exposición teórica 25% Exposición practica 50% (Juegos y ejercicios) Portafolio de evidencias 25%</p> <p>Total: 100%</p> <p><b>Tercera Evaluación Parcial..... 40%</b></p> <p>Exposición teórica 15% Exposición practica 35% (Juegos y ejercicios) Practica Complementaria 25% Portafolio Final 25%</p> <p>Total: 100%</p>

<a href="http://www.monografias.com/.../historia...atletismo/historia-y-division-del-atletismo.shtml">www.monografias.com/.../historia...atletismo/historia-y-division-del-atletismo.shtml</a> <a href="https://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo">https://es.wikipedia.org/wiki/Atletismo</a> <b>WORLD ATHLETICS</b> <a href="https://worldathletics.org/">https://worldathletics.org/</a> Federación Mexicana de Asociaciones de Atletismo AC <a href="https://www.fmaa.mx/">https://www.fmaa.mx/</a>	
--	--

**“Educar para la vida, a través del movimiento”**

**CRONOGRAMA DEL AVANCE PROGRAMÁTICA**

Objetos de Estudios	SEMANAS															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Objeto de aprendizaje 1: Historia, Antecedentes y división del atletismo	X	X	X													
Objeto de aprendizaje 2: Pruebas de Pista(Block de salida y Velocidad)				X	X	X	X									
Objeto de aprendizaje 3: Pruebas de Pista(Vallas y Relevos)								X	X	X	X					
Objeto de aprendizaje 4: Pruebas de Campo (Saltos)												X	X	X	X	X

**“Educar para la vida, a través del movimiento”**



## Anexo

### Rúbrica para evaluar un ensayo

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

Tema: \_\_\_\_\_

Aspectos a evaluar/ Valor	2.5 puntos	1 punto	0 puntos	Total
<b>Introducción</b>	La introducción expresa de manera clara el tema y el objetivo del ensayo; explica el contenido y los subtemas o capítulos que abarca.	La introducción expresa de manera clara el tema; explica el contenido y los subtemas o capítulos que abarca. El objetivo no está expresado claramente.	El contenido y los subtemas o capítulos que abarca no son relevantes. El tema y objetivo del ensayo no están claros.	
<b>Desarrollo</b>	Las ideas presentadas son propias, sustentadas con las fuentes de información necesarias y tienen relación directa con el tema. Son claras y objetivas.	La mayor parte de las ideas presentadas son propias, sustentadas con las fuentes de información necesarias, sin embargo no todas tienen relación con el tema central.	Las ideas que se presentan no son propias y no tienen relación con el tema, no son claras ni se presentan con objetividad.	
<b>Conclusión</b>	Termina la presentación con un resumen muy claro donde incluye el propósito y los objetivos del tema. La transición entre el cuerpo de la presentación y la conclusión tiene fluidez.	Termina la presentación con un resumen bastante claro. Falta fluidez en la transición entre el cuerpo de la presentación y la conclusión.	El resumen es limitado o no lo incluyó. La transición entre el cuerpo de la presentación y la conclusión es muy pobre o no existe.	
<b>Fuentes de Información</b>	Las fuentes de información son variadas y múltiples. La información recopilada tiene relación con el tema, es relevante y actualizada. Las fuentes son confiables y contribuyen al desarrollo del tema.	Las fuentes de información son variadas y múltiples. La información recopilada es actualizada pero incluye algunos datos que no son relevantes o no tienen relación con el tema. Las fuentes son confiables y contribuyen al desarrollo del tema.	Las fuentes de información son muy pocas o ninguna. Si utiliza fuentes, éstas no son confiables ni contribuyen al tema. La información tiene poca o ninguna relación con el tema principal.	
<b>Calificación de la actividad</b>				

### Presentación electrónica.

Aspectos a evaluar/ Valor	2 puntos	1 punto	0 puntos	Total
<b>Información y organización</b>	Descripción clara y sustancial del tema. Mayor uso de imágenes, tablas y esquemas, claramente elaborados, que texto corrido en todas las diapositivas.	Descripción ambigua del tema. Abuso del uso de texto en la mayoría de las diapositivas, imágenes poco claras o tablas y esquemas elaborados pobremente.	Descripción incorrecta del tema. Abuso del uso del texto en todas las diapositivas, sin imágenes, tablas y esquemas.	
<b>Ambiente gráfico</b>	El uso del tema de fondo y los colores son apropiados, permiten la visualización de los contenidos, las imágenes y la información sin forzar la vista para su lectura, resultando ser atractiva y agradable sin llegar a ser el centro de atención.	El uso del tema de fondo y los colores no es del todo apropiado, permite la visualización de los contenidos aunque hay que forzar la vista para su lectura. La presentación no es del todo atractiva o el tema de fondo y los colores terminan por ser el centro de atención.	El uso del tema de fondo y los colores no es nada apropiado, dificulta la lectura de la información, haciendo perder al contenido en el ambiente gráfico.	
<b>Alta calidad del diseño</b>	Presentación sobresaliente, dinámica, uso correcto entre colores, imágenes, texto, legible, sin errores de ortografía.	Presentación simple pero bien organizado con al menos tres errores de ortografía.	Presentación mal organizada que no cumple con los criterios de diseño planteados, abuso en los colores o falta de uso de colores, con más de tres errores de ortografía.	
<b>Presentación de la presentación electrónica</b>	La selección de los colores y la tipografía usada fueron atractivas, la presentación se entregó de forma limpia en el formato que determino el docente (papel o digital).	Los colores y la tipografía usada no permiten una correcta visualización de la presentación electrónica, aunque la entrega fue en el formato pre establecido.	Se abusó del uso de colores y tipografías y la entrega no se dio de la forma pre establecida por el docente.	
<b>Exposición.</b>	Dominio del tema, seguridad en la explicación, resuelve dudas, utiliza apoyo como tarjetas o notas sin abusar de ellas.	Dominio parcial del tema, seguridad en la explicación, resuelve algunas dudas, utiliza apoyo como tarjetas o notas sin abusar de ellas.	Falta de dominio del tema, falta de seguridad en la explicación, no resuelve algunas dudas, utiliza apoyo como tarjetas o notas abusando de ellas.	
<b>Calificación de la actividad</b>				

## Rubrica para Portafolios

Criterios	Niveles de desempeño				Puntos obtenidos
	Excelente (25 puntos)	Satisfactorio (20 puntos)	Regular (15 puntos)	Debe mejorar (10 puntos)	
Puntualidad	Entregó el portafolio en la fecha estipulada.	Entregó el portafolio un día después de la fecha estipulada.	Entregó el portafolio dos días después de la fecha estipulada.	Entregó el portafolio tres días después de la fecha estipulada.	
Orden	Los trabajos solicitados guardan el orden establecido desde el inicio.	Aunque el portafolio tiene los trabajos solicitados, estos no guardan el orden establecido desde el inicio.	La falta de orden se debe a que el estudiante no incluyó en el portafolio el primero ni el último trabajo solicitado.	La falta de orden se debe a que el estudiante no incluyó la mitad de los trabajos solicitados.	
Presentación creativa	La presentación del portafolio es creativa.	La presentación del portafolio es normal.	La presentación del portafolio es tan creativa que no se ve bien.	La presentación del portafolio es muy sencilla.	
Coherencia en la redacción	Presenta las ideas de los trabajos en párrafos con secuencia lógica y usa eficazmente palabras o frases de enlace, lo cual hace que se comprenda muy bien lo que escribe.	En su mayoría las ideas de los trabajos tienen una secuencia lógica y usa de manera normal palabras o frases de enlace, lo cual hace que se comprenda bien lo que escribe.	En su mayoría las ideas de los trabajos tienen una secuencia lógica, pero no hay un buen uso de palabras o frases de enlace, lo cual hace que no se comprenda bien lo que escribe.	Las ideas de los trabajos carecen de secuencia lógica por lo que se hace difícil la comprensión de los trabajos, además no utiliza palabras o frases de enlace.	
Vocabulario	Usa un vocabulario extenso y preciso que transmite ideas de forma interesante y natural.	Usa ocasionalmente un vocabulario variado, apropiado e interesante.	Utiliza vocabulario adecuado que incluye palabras descriptivas.	Presenta un vocabulario limitado. Tiene incongruencias que hacen el texto confuso.	
Convencionalismos	Demuestra dominio de las normas ortográficas y gramaticales.	Aunque demuestra dominio de las normas ortográficas y gramaticales hay pocos errores, lo cual no impide la comprensión del texto	Escribe correctamente la mayoría de palabras comunes. En ocasiones la gramática y puntuación pueden distraer de la comprensión del texto.	Presenta patrones de deficiencias ortográficas y/o gramaticales que impiden la comunicación.	
Cambio conceptual	Por medio de los trabajos incluidos en el portafolio se puede percibir que ha habido un cambio en cuanto a los conceptos que se incluyen en ellos.	Por medio de los trabajos incluidos en el portafolio se puede percibir que se ha iniciado el proceso de cambio en cuanto a los conceptos que se incluyen en ellos.	Por medio de los trabajos incluidos en el portafolio se percibe un cambio limitado en cuanto a los conceptos que se incluyen en ellos.	Por medio de los trabajos incluidos en el portafolio se puede percibir que no se percibe cambio alguno en cuanto a los conceptos que se incluyen en ellos.	
Crecimiento y desarrollo	En la presentación de los trabajos del portafolio se puede evidenciar que sí hubo aprendizaje.	En la presentación de los trabajos del portafolio se puede evidenciar que se ha iniciado la secuencia de aprendizaje.	En la presentación de los trabajos del portafolio se percibe un inicio limitado de aprendizaje.	En la presentación de los trabajos del portafolio no hay evidencia de aprendizaje.	
Reflexión	El proceso de reflexión está presente en los trabajos presentados.	Existe una reflexión media en los trabajos presentados.	Hay reflexión limitada en los trabajos presentados.	No hay reflexión en los trabajos presentados.	
Toma de decisiones	En la presentación de los trabajos del portafolio se percibe toma de decisiones en base a análisis.	En la presentación de los trabajos del portafolio se percibe un análisis medio para tomar decisiones.	En la presentación de los trabajos del portafolio se percibe un análisis limitado.	En la presentación de los trabajos del portafolio no hay toma de decisiones.	
<b>Total puntos obtenidos</b>					