**INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROFESORADO DE EDUCACION FÍSICA**

IDENTIFICACIÓN DE ESPACIO CURRICULAR

|  |  |
| --- | --- |
| ESPACIO CURRICULAR | ATLETISMO I |
| TIEMPO DE CURSADO | ANUAL |
| CURSO | 1 “A”,”B”, ”C”,”D” y “E” | CARGAHORARIA | TRES HORAS CATEDRA |

PERSONAL DOCENTE

|  |  |
| --- | --- |
| APELLIDO Y NOMBRES | HORAS/CARGO |
| GALLETTI, MARIO LUISSILVA, HECTORREINOSO, VICTOR | PROFESOR DE NIVEL SUPERIOR |

CICLO LECTIVO 2021

**FUNDAMENTACION**

La importancia de administrar un espacio curricular en un INSTITUTO TERCIARIO DE FORMACION DOCENTE debe fijar la atención en brindarles a los alumnos las **herramientas** que le permitan desempeñarse profesionalmente con conocimiento, idoneidad y criterio; teniendo siempre presente las capacidades de los alumnos con la clara finalidad de desarrollarlas y potenciarlas. El dominio de los saberes teóricos (con manejo de lenguaje técnico y terminología apropiada) acompañados por una correcta demostración práctica que sirva de asistencia a los alumnos para la comprensión de los objetivos planteados, deben ser la base fundacional que cimiente su formación. De esta manera podrán transmitir conocimientos de manera transversal a todos los niveles educativos.

Los espacios curriculares de carácter práctico, por su amena llegada a los alumnos y su preferencia general, deben ser utilizados como espejos para reflejar el verdadero sentido de la profesión y no como una alternativa de entrenamiento y/o práctica deportiva.

En esta cátedra, los alumnos conocerán los aspectos teóricos elementales de las pruebas atléticas correspondientes al programa de 1er año. Además de ello, en caso de ser factible, tendrán una importante experiencia vivencial de las mismas incorporando con ellas algunas estrategias metodológicas para su enseñanza suministrándole al alumnado un importante caudal de conocimientos que no solo podrán ser aplicables a esta disciplina deportiva sino también transferibles a todas las otras áreas de desarrollo específico de la Educación Física.

Vale remarcar que debido a la situación excepcional que estamos atravesando y ante la imposibilidad de contacto personal con los alumnos, se desarrollarán estrategias desde lo virtual para poder aproximarnos al ideal dejando bien en claro, que nada reemplaza lo presencial.

**MARCO TEORICO**

El atletismo es una de las modalidades deportivas más populares y antiguas del mundo. Para respaldar esta apreciación solo basta con destacar que en el programa de los Juegos Olímpicos, el 15% del total de las actuaciones programadas corresponden a este deporte.

El caminar, correr, saltar y lanzar constituyen el total de las acciones motrices que individualmente o combinadas forman el bagaje motor de los individuos. En el atletismo, estas acciones motrices, se manifiestan de la manera más pura llevándolas a su máxima expresión y al máximo de su eficiencia en pos de los resultados deportivos.

Es importante destacar que el manejo de la enseñanza de estas formas básicas de movimiento que conocerán desde el atletismo, son extrapolables a la mayoría de los deportes por lo que su conocimiento y dominio cobra mayor importancia.

**CAPACIDADES PROFESIONALES PARA LA FORMACIÓN DOCENTE**

**CAPACIDADES ESPECIFICAS SELECCIONADAS**

1. Dominar los saberes a enseñar
2. Seleccionar, organizar, jerarquizar y secuenciar los contenidos teóricos y habilidades prácticas del atletismo adecuándolas a los requerimientos del aprendizaje de los estudiantes.
3. Actuar de acuerdo con las características y diversos modos de aprender de los estudiantes
4. Identificar las características y los diversos modos de aprender de los estudiantes en la etapa de iniciación en las actividades atléticas.
5. Dirigir la enseñanza y gestionar la clase
6. Establecer claramente propósitos de enseñanza y objetivos de aprendizaje del atletismo en ámbitos escolares y no escolares.
7. Utilizar, diseñar y producir una variedad de recursos, en diferentes formatos, desarrollando la historia del atletismo con diferentes dispositivos digitales, así como espacios virtuales de aprendizaje.
8. Diseñar e implementar propuestas didácticas para promover el aprendizaje individual de las habilidades específicas del atletismo (correr, saltar y lanzar)
9. Utilizar la evaluación con diversos propósitos: realizar diagnósticos, identificar errores sistemáticos, ofrecer retroalimentación a los estudiantes, ajustar la ayuda pedagógica y revisar las propias actividades de enseñanza.
10. Intervenir en la dinámica grupal y organizar el trabajo escolar
11. Dominar y utilizar un repertorio de técnicas para favorecer la consolidación de los grupos de aprendizaje tanto en el desarrollo teórico como en la aplicación práctica.
12. Planificar y desarrollar la enseñanza de las habilidades necesarias para vincularse responsablemente con los otros y para trabajar en forma colaborativa.
13. Generar un clima favorable a la convivencia y el aprendizaje, rescatar el valor del trabajo en equipo en las experiencias de aprendizaje.
14. Intervenir en el escenario institucional y comunitario
15. Utilizar educativamente los diversos recursos comunitarios y sociales, pista, canchas y espacios verdes barriales y/o municipales para participar en la ejecución de actividades atléticas
16. Comprometerse con el propio proceso formativo
17. Analizar las capacidades profesionales y académicas necesarias para presentar la iniciación en las actividades atléticas de forma atractiva

**ESPECTATIVAS DE LOGRO**

* Domine los saberes a enseñar desde la teoría y la práctica con óptica docente
* Incorpore conceptos básicos y elementales relacionados al ámbito del deporte y la enseñanza.
* Maneje el lenguaje técnico con terminología específica
* Transfiera estos conocimientos a los distintos niveles de educación sean públicos o privados.
* Mejore y adicione través de este deporte, actitudes (voluntad, sacrificio, esfuerzo, responsabilidad, compañerismo, etc.) transmisibles a diferentes etapas de la vida.
* Sume herramientas para mejorar su futuro desempeño profesional.
* Vivencie las pruebas atléticas correspondientes al programa de 1er año de manera global.
* Mejore su capacidad motora mediante la práctica sistemática del deporte.
* Ejecute las pruebas requeridas con técnica satisfactoria (\*).
* Adquiera hábitos de conducta e higiene indispensables para su futuro profesional y personal.
* Anexe nuevas herramientas tecnológicas para la enseñanza
* Comprenda la importancia de los roles dentro del sistema educativo al cual pretende pertenecer.

(\*) La consideración de la biotipología del alumno será un factor a tener en cuenta en la calificación.

**CONTENIDOS**

**DIMENSION CONCEPTUAL Y PROCEDIMENTAL**

**UNIDAD Nro 1**

**ATLETISMO - INTRODUCCION**

**Eje temático Nro 1**

**Atletismo:** Historia, conceptos generales, organización, evolución, pruebas de pista y campo, instalaciones, implementos, nuevas reglas World Athletics (IAAF).

**La carrera:** Definiciones, análisis técnico, especialidades, diferencias generales, metodologías de trabajo para mejorarla, reglamentaciones.

**Eje temático Nro 2**

**El mini atletismo**: Introducción, Conceptos, Objetivos, Equipamiento, Actividades

**UNIDAD Nro 2**

**PRUEBAS ATLETICAS DE PISTA**

**Eje temático Nro 3**

**Carreras de velocidad:** Análisis técnico, tipos de velocidad, la importancia de los apoyos y el trabajo de los segmentos libres, ejercicios para su desarrollo, resistencia especifica, reglamentación.

**La partida:** Tipos de partida, voces de partida, análisis técnico, actividades para su desarrollo, reglamentación.

**Eje temático Nro 4**

**Carreras de medio fondo y fondo:** Análisis técnico, tipos de velocidad, la importancia de los apoyos y el trabajo de los segmentos libres, ejercicios para su desarrollo, resistencia especifica, reglamentación.

**La partida:** Tipos de partida, voces de partida, análisis técnico, actividades para su desarrollo, reglamentación.

**Eje temático Nro 5**

**Relevos:** Pruebas, generalidades, instalaciones, tipos de entrega, tipos de aproximaciones, aspectos táctico-estratégicos, ejercicios para su desarrollo, reglamentación.

**UNIDAD Nro 3**

**PRUEBAS ATLETICAS DE CAMPO**

**Eje temático Nro 6**

**Lanzamiento de Bala:** Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

**Eje temático Nro 7**

**Salto en largo**: Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

**Eje temático Nro 8**

**Salto triple:** Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

**Eje temático Nro 9**

**Lanzamiento de Jabalina:** Generalidades teóricas. Análisis técnico completo. Metodologías de enseñanza para diferentes niveles. Ejercicios de aplicación. Reglamentación. Errores comunes y correcciones.

**CONTENIDOS ACTITUDINALES**

* Respeto por espacios, materiales, tiempos de cada alumno en forma individual y de la clase en su conjunto.
* Voluntad de superación personal y solidaridad en el trabajo en equipo.
* Colaboración en la organización general y ejecución de las actividades propuestas desde la cátedra.

**ESTRATEGICAS METODOLÓGICAS (\*)**

Clases teórico-prácticas. Se tendrá en cuenta el desarrollo de los contenidos expresados en los ejes temáticos. Para ello se trabajará de manera práctica con un importante sustento teórico conceptual desde el aula y/o campo utilizando diferentes estrategias didácticas como ser interacción docente alumno, resolución de problemas, descubrimiento guiado, asignación de tareas.

(\*) Por la situación que estamos atravesando estamos haciendo un esfuerzo enorme tratando de hacerle llegar información a los alumnos lo más simple y clara posible con apuntes, videos, charlas, etc.

En el caso de esta asignatura, es imprescindible que los alumnos hagan la transferencia de los conceptos teóricos a la práctica para su real comprensión y análisis.

**EVALUACIÓN (todas las evaluaciones serán reprogramadas a medida que vayamos teniendo definiciones precisas de la evolución de la pandemia y del regreso a la normalidad de las actividades académicas) De todos modos, los alumnos responderán a diferentes cuestionarios que acreditarán la incorporación de los contenidos.**

**Criterios de Evaluación**

Estamos atravesando una situación excepcional y este espacio curricular se ve afectado de manera considerable ya que el componente práctico es fundamental para la transferencia de conceptos. Por otro lado, debemos tratar de ser lo más efectivos posible para que los alumnos reciban, interpreten e incorporen contenidos de tal manera que se facilite la transferencia que deberá ser precisa y que seguramente demandará gran trabajo y responsabilidad. El acompañamiento docente durante este proceso es relevante, tanto como el compromiso del alumno para poder llegar a buen puerto y cumplir de manera satisfactoria los objetivos planteados.

Se tendrán en cuenta:

* Aspectos cuantitativos y cualitativos en relación a la participación en clases desde la virtualidad y la presencialidad.
* La capacidad de superación
* La manera de expresarse entre sus pares y con el docente
* Presentación
* La biotipología del alumno será tenida en cuenta a la hora de la evaluación práctica. (En el Atletismo este es un aspecto condicionante en el desarrollo de una prueba atlética.

**Estrategias de Evaluación**

Evaluación escrita, oral y práctica condicionada por la bimodalidad. Observación directa. Trabajos de investigación. Evaluaciones conceptuales. Análisis de videos.

**Sistema de Evaluación**

La materia es promocional y su aprobación se ajustará al reglamento en vigencia.

**Evaluaciones periódicas de control. (Evaluación conceptual)**

1 – Ejes temáticos 1 y 2 (Responder a cuestionario de manera individual)

2 – Metodologias de enseñanza de las pruebas atléticas del programa. (presencial o por videos)

**PARCIALES**

**1er Parcial**

**Contenidos Prácticos**

* Prueba de 100 mts llanos con partida baja. Los alumnos deberán realizar la prueba y la calificación se ajustará a los siguientes criterios:
	+ Correcta ejecución de la partida
	+ Técnica de carrera satisfactoria (carrera de velocidad) apoyos, amplitud y frecuencia de zancada, tándem de carrera, posición del tronco, técnica de braceo y manejo de los tiempos (Velocidad de reacción, aceleración y resistencia a la velocidad)

**Contenidos Teóricos**

* Todos los contenidos teóricos de los Ejes Temáticos 1,2,3,4 y 5.

**2do Parcial**

**Contenidos Prácticos**

* Salto en Largo y Lanzamiento de Bala. Los alumnos ejecutar de manera satisfactoria (según contenidos vistos) las dos pruebas adaptando peso del implemento (bala) a sus características de biotipo\*.

**\***Vale destacarque las adaptaciones de las pruebas en relación al biotipo de los alumnos son controladas por el docente. También es importante remarcar que para que la prueba sea realizada satisfactoriamente esas adaptaciones deben ser precisas para que no alteren la técnica de ejecución.

**Contenidos Teóricos**

* Todos los contenidos teóricos de los Ejes Temáticos 6,7,8 y 9.

Se tendrá en cuenta dedicación, espíritu de superación, aptitud y actitud.

**Examen Final**

En caso de alumnos regulares, el examen final será de la siguiente manera:

* Evaluación Práctica: Lanzamiento de jabalina y bala, salto en largo y carrera de velocidad (100 mts llanos c/ partida baja y uso de tacos) Deberán ser aprobadas de manera satisfactoria para pasar a la evaluación de los contenidos teóricos.
* Evaluación oral: será de carácter individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos visto durante el año.

En caso de alumnos libres, el examen final será de la siguiente manera:

* Evaluación escrita individual de todos los contenidos teóricos incluidos en el programa que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación práctica
* Evaluación Práctica: Lanzamiento de jabalina y bala, salto en largo y carrera de velocidad (100 mts llanos c/ partida baja y uso de tacos) Deberán ser aprobadas de manera satisfactoria para pasar a la evaluación oral.
* Evaluación oral: Examen individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos incluidos en el programa.

Teoría: Aspectos reglamentarios, análisis técnico de todas las pruebas del programa y metodología/s de enseñanza de todas las pruebas aplicables a todos los niveles de educación.

Práctica: Todas las pruebas atléticas contenidas en el programa ejecutadas con técnica satisfactoria.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Abril | Mayo | Junio | Julio | Agosto | Septiembre | Octubre |
| U.N.1 | \* |  |  |  |  |  |  |
| U.N.2 | \* | \* |  |  |  |  |  |
| U.N.3 |  | \* | \* | \* | \* | \* | \* |

**BIBLIOGRAFÍA**

* Reglamento de Competición World Athletics (última edición)
* Manual del Entrenador (CADA)
* Mini – Atletismo – Guía Práctica – Centro Regional de Desarrollo – Area Sudamericana IAAF.
* Técnicas Atléticas – Jorge de Hegedus – Editorial Stadium.
* Atletismo para Todos – Emilio y Edgardo Mazzeo – Edición 2003 – Editorial Brujas.
* Apuntes “La Orientación Deportiva del Niño” Atletismo – Alfredo Zanatta. Año 2001.
* Guia IAAF de Enseñanza de Atletismo – “Correr, Saltar y Lanzar”- Harald Müller – Wolfgang Ritzdorf. Sistema IAAF de Información y Certificación de Entrenadores – Editado por Centro Regional de Desarrollo – Santa Fé/Area Sudamericana.
* Apuntes Extraidos de: Revista EF y Deportes – Buenos Aires – [www.efportes.com](http://www.efportes.com)
* Manual Técnico Metodológico para Escuelas Formativas Estratégicas de Atletismo – Autor: Prof. José Manuel Herrera Chavez – Año 2004 – SERVISPORT LTDA. Gobierno de Chile – CHILEDEPORTES.
* Metodología y Técnicas de Atletismo – Autor: Joan Rius Sant – Año 2005 – Editorial Paidotribo.