**INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROFESORADO DE EDUCACION FÍSICA**

IDENTIFICACIÓN DE ESPACIO CURRICULAR

|  |  |
| --- | --- |
| ESPACIO CURRICULAR | ATLETISMO II |
| TIEMPO DE CURSADO | ANUAL |
| CURSO | 2 “C” | CARGAHORARIA | TRES HORAS CATEDRA |

PERSONAL DOCENTE

|  |  |
| --- | --- |
| APELLIDO Y NOMBRES | HORAS/CARGO |
| GALLETTI, MARIO LUIS | PROFESOR DE NIVEL SUPERIOR |

CICLO LECTIVO 2021

**FUNDAMENTACION**

La importancia de administrar un espacio curricular en un INSTITUTO TERCIARIO DE FORMACION DOCENTE debe, a mi criterio, 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 2do 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.

Las actividades planteadas para este año complementan a las de 1er año.

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.

**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**

**PRUEBAS ATLETICAS DE PISTA**

**Eje temático Nro 1**

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

**Eje temático Nro 2**

**Pruebas de medio fondo y fondo:** Análisis general, técnica específica, conceptos básicos de entrenamiento, la partida, reglamentaciones.

**UNIDAD Nro 2**

**PRUEBAS ATLETICAS DE CAMPO**

**Eje temático Nro 3**

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

**Eje temático Nro 4**

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

**Eje temático Nro 5**

**Lanzamiento de Martillo:** 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.

**(\*) Estoy intentando que los alumnos reciban información de las mejores maneras a mi alcance. La sumatoria de contenidos teóricos sin la correspondiente trasferencia a la práctica hace dificultoso completar el ciclo de aprendizaje. Utilizo bibliografía actualizada, charlas, videos pero no todos los alumnos disponen de las tecnologías adecuadas.**

**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 mas 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 será relevante, tanto como el compromiso del alumno para poder llegar a buen puerto y cumplir de manera satisfactoria los objetivos planteados.

**Criterios de Evaluación**

Se tendrán en cuenta:

* Aspectos cuantitativos y cualitativos en relación a la participación en clases.
* 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 adaptando las condiciones de la prueba al/a la alumno/a (Esto está fundamentado en que en Atletismo este es un aspecto condicionante en la correcta ejecución de las pruebas atléticas; Ej. Un alumno de baja talla tendrá dificultades para ejecutar de manera correcta el pasaje de vallas o un alumno de estructura delgada (60 kg.) tendrá muchos problemas para arrojar el martillo de 7,260 kg. con una intensidad y técnica apropiad y así con cada especialidad donde el biotipo y el rendimiento van de la mano.)

**Estrategias de Evaluación**

Evaluación escrita, oral, práctica (presencial o por video). Observación directa. Trabajos de investigación. Evaluaciones conceptuales.

**Sistema de Evaluación**

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

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

1 – Evaluación escrita de los contenidos de prueba de vallas

2 – Evaluación escrita de los contenidos de la prueba de salto en alto

3 – Evaluación escrita de los contenidos de las pruebas de lanzamiento

**PARCIALES**

**1er Parcial**

**Contenidos Prácticos**

* 3000 mts. Los alumnos deberán realizar la prueba y la calificación se ajustará al siguiente cuadro:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nota** | **Tiempo Damas** | **Tiempo Varones** |
| **1** | **13’45’’ o >** | **12’45’’ o >** |
| **2** | **13’40’’** | **12’40’’** |
| **3** | **13’35’’** | **12’35’’** |
| **4** | **13’30’’** | **12’30’’** |
| **5** | **13’25’’** | **12’25’’** |
| **6** | **13’20’’** | **12’20’’** |
| **7** | **13´15’’** | **12´15’’** |
| **8** | **13’10’’** | **12’10’’** |
| **9** | **13’05’’** | **12’05’’** |
| **10** | **13’00’’ o <** | **12’00’’ o <** |

* Prueba de vallas. Los alumnos deberán superar 3 (tres) vallas con técnica satisfactoria (según contenidos vistos) adaptando alturas y distancias a sus características de biotipo\*.

**Contenidos Teóricos**

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

**2do Parcial**

**Contenidos Prácticos**

* Prueba de vallas. Los alumnos deberán superar 3 (tres) vallas con técnica satisfactoria (según contenidos vistos) adaptando alturas y distancias a sus características de biotipo\*.
* Lanzamientos de Disco y Martillo. Los alumnos deberán ejecutar de manera satisfactoria (según contenidos vistos) una prueba a elección de lanzamientos adaptando pesos de los implementos 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 4 y 5.

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

**Examen Final**

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

* Contenidos Prácticos: todas las pruebas de pista y campo vistas durante el año de cursado que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
* Contenidos teóricos: Examen oral 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:

* Contenidos Teóricos: Examen escrito individual y/o grupal de todos los contenidos teóricos incluidos en el programa que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
* Contenidos Prácticos: todas las pruebas de pista y campo incluidos en el programa que deberán ser aprobadas en un 70% para pasar a la evaluación de los
* Contenidos Teóricos: Examen oral 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 de la World Athletics – Edición 2019.
* Manual del Entrenador de la CADA
* Técnicas Atléticas – Jorge de Hegedus – Editorial Stadium.
* Atletismo para Todos – Emilio y Edgardo Mazzeo – Edición 2003 – Editorial Brujas.
* Reglamento Comentado de Atletismo – Emilio y Edgardo Mazzeo – Edición 2004 – Edición 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.