

### DATOS BÁSICOS DE LA GUÍA DOCENTE:

<b>Materia:</b>	BASES DE LA INICIACIÓN DEPORTIVA		
<b>Identificador:</b>	33980		
<b>Titulación:</b>	GRADUADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE. PLAN 2020		
<b>Módulo:</b>	FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES		
<b>Tipo:</b>	OBLIGATORIA		
<b>Curso:</b>	2	<b>Periodo lectivo:</b>	Primer Cuatrimestre
<b>Créditos:</b>	3	<b>Horas totales:</b>	75
<b>Actividades Presenciales:</b>	31	<b>Trabajo Autónomo:</b>	44
<b>Idioma Principal:</b>	Castellano	<b>Idioma Secundario:</b>	Inglés
<b>Profesor:</b>		<b>Correo electrónico:</b>	

### PRESENTACIÓN:

La asignatura “Bases de la Iniciación Deportiva” tiene como objetivo el aprendizaje, de manera teórico-práctica, de la comprensión del movimiento y su proceso de enseñanza-aprendizaje a lo largo de las diferentes etapas. A su vez, los alumnos serán capaces de analizar y comprender las bases del control y desarrollo motor en diferentes disciplinas de iniciación deportiva y su progresión. El control motor es imprescindible en la iniciación deportiva, con el objetivo de crear una base de fundamentos físicos para progresar y optimizar su rendimiento en el deporte.

La finalidad es que el alumno sea capaz de analizar, adaptar y adecuar la formación física de base, a través de fundamentos básicos de movimiento y destrezas motoras, a diferentes contextos que se dan en la iniciación deportiva.

### COMPETENCIAS PROFESIONALES A DESARROLLAR EN LA MATERIA:

<b>Competencias Generales de la titulación</b>	G01	Capacidad para el análisis y la síntesis
	G02	Capacidad de organización y planificación
	G05	Capacidad para aplicar conocimientos informáticos a las Ciencias de la actividad física y el deporte
	G06	Capacidad para la gestión eficaz de la información
	G13	Capacidad para el compromiso ético en su vida personal y profesional
	G14	Capacidad de aprendizaje autónomo y de mantener una actitud de aprendizaje a lo largo de la vida
<b>Competencias Específicas de la titulación</b>	E01	Comprender, elaborar y saber aplicar los procedimientos, estrategias, actividades, recursos, técnicas y métodos que intervienen en el proceso de enseñanza-aprendizaje con eficiencia, en todos los sectores de intervención profesional de actividad física y deporte.
	E16	Elaborar procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas, actividades físicas, habilidades deportivas, juego, actividades expresivas corporales y de danza, y actividades en la naturaleza de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población
	E20	Identificar y organizar los diversos tipos de actividades físicas y deportivas adaptados al desarrollo, características y necesidades de los individuos y la tipología de la actividad, espacio y entidad, en todos los tipos de servicios de actividad física y deporte, incluidos eventos deportivos, y en cualquier tipo de organización, garantizando la seguridad, eficiencia y profesionalidad en la actividad desempeñada en el cumplimiento de la normativa vigente
	E25	Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación y metodología de trabajo científica, en la resolución de problemas que requieren el uso de ideas creativas e innovadoras
	E31	Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos, estructurales-organizativos, desempeño profesional y las normativas del ejercicio profesional de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte, así como ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar
	E33	Diseñar, planificar y evaluar procesos de enseñanza y aprendizaje, tanto individualmente como en colaboración con otros docentes y profesionales del centro
	E35	Estimular y valorar el esfuerzo, la constancia y la disciplina personal en los estudiantes
	E38	Adquirir hábitos y destrezas para el aprendizaje autónomo y cooperativo y promoverlo entre los estudiantes
<b>Resultados de</b>	R01	Comprender y saber aplicar las bases del control y desarrollo motor en la enseñanza de habilidades

<b>Aprendizaje</b>		motrices necesarias en la iniciación deportiva, para toda la población y en cualquier sector de intervención profesional de la actividad física y el deporte.
	R02	Elaborar con fluidez procedimientos y protocolos para resolver problemas poco estructurados, imprevisibles y de creciente complejidad, articulando y desplegando un dominio de los elementos, métodos, procesos, actividades, recursos y técnicas que componen las habilidades motrices básicas y habilidades deportivas, de forma adecuada, eficiente, sistemática, variada e integrada metodológicamente para toda la población, atendiendo al género y a la diversidad y en cualquier sector de intervención profesional de actividad física y deporte.
	R03	Analizar, revisar y seleccionar el efecto y la eficacia de la práctica de métodos, técnicas y recursos de investigación, así como de la metodología científica de trabajo, para la resolución de problemas que requieran el uso de ideas creativas e innovadoras.
	R04	Conocer, elaborar y saber aplicar los condicionantes ético-deontológicos y las normativas del ejercicio profesional del educador físico con relación a la iniciación deportiva, en cualquier sector profesional de actividad física y deporte.
	R05	Ser capaz de desarrollar un trabajo multidisciplinar, junto con otros profesionales de un centro.

### REQUISITOS PREVIOS:

- Es imprescindible tener acceso a Internet para poder descargar y consultar la documentación necesaria de la asignatura a través de la Plataforma Docente Universitaria (PDU), realizar actividades formativas, revisar el correo electrónico, y mantener un contacto directo y regular con la asignatura.
- Los alumnos deberán acudir a las sesiones prácticas con ropa deportiva. Los participantes que no asistan a la sesión con la indumentaria deportiva apropiada no podrán participar en la misma, considerándose, a todos los efectos, una falta de asistencia.
- Se requiere que los alumnos tengan una condición física que les permita desarrollar, sin problemas, una sesión de una hora aproximada de duración, ejecutada a una intensidad media, en el marco del resto de asignaturas diarias de la titulación.
- Aquellos alumnos que padezcan, hayan padecido o puedan padecer, atendiendo a los indicios o informes existentes, algún tipo de afección (lesiones, problemas cardiacos, respiratorios, etc.) que limiten temporal o permanentemente en cualquier forma su capacidad física, deberán comunicarlo a los profesores responsables de la asignatura de manera inmediata, aportando, en su caso, la documentación que lo acredite, a fin de poder actuar en consecuencia.
- Aquellos alumnos que sólo puedan participar de manera parcial en las prácticas por causas justificadas deberán comunicarlo al profesor al inicio de la sesión, a fin de intentar adaptar su participación a su estado, limitaciones y posibilidades para salvaguardar su salud. Si ello aconteciera durante el curso, deberá informarse a la mayor brevedad. Podrá exigirse justificación documentada.

### PROGRAMACIÓN DE LA MATERIA:

Observaciones:

Profesorado de la asignatura: Julio Guerrero y Adriana Duaso.

Responsable de la asignatura: Adriana Duaso.

### Contenidos de la materia:

<b>1 - El control motor y neuromuscular. Comprensión del movimiento.</b>
1.1 - Introducción
1.2 - El entrenamiento neuromuscular en niños y adolescentes.
<b>2 - Mejora del movimiento.</b>
2.1 - Los fundamentos del movimiento y las destrezas motoras y su progresión.
<b>3 - El entrenamiento y la iniciación deportiva para el rendimiento a largo plazo en niños y adolescentes.</b>
3.1 - Desarrollo del deportista a largo plazo: modelo LTAD.
3.2 - La iniciación deportiva en deportes individuales y su aplicación práctica.
3.3 - La iniciación deportiva en deportes colectivos y su aplicación práctica.

La planificación de la asignatura podrá verse modificada por motivos imprevistos (rendimiento del grupo,

disponibilidad de recursos, modificaciones en el calendario académico, etc.) y por tanto no deberá considerarse como definitiva y cerrada.

## METODOLOGÍAS Y ACTIVIDADES DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE:

### Metodologías de enseñanza-aprendizaje a desarrollar:

El Grado en CCAFD es presencial, por lo que los contenidos explicados en clase son evaluables, siendo responsabilidad del alumno obtenerlos cuando asista o hacerse con ellos cuando falte a clase (ya que la asistencia es obligatoria). Por tanto, el alumno no podrá exigir que sólo se examine de los materiales que consten en la PDU, ya que ésta es una herramienta de apoyo a la docencia y no una plataforma para el estudio online.

#### Sesiones teóricas:

- 1. Clase magistral:** transmisión de contenidos a través de la exposición oral con el apoyo de las TIC, promoviendo la interacción profesor-alumno/ a y alumno/ a-alumno/ a que sea enriquecedora para el grupo.
- 2. Debate:** emitir diferentes opiniones sobre una idea previa, siendo aceptadas o rebatidas por el resto del grupo, con la participación del docente de forma activa, ya sea actuando como moderador u opinando sobre ideas propuestas.
- 3. Resolución de casos prácticos:** al final de cada sesión, se destinarán entre 10-15 minutos a la resolución de dudas referentes a diferentes casos prácticos.
- 4. Exposiciones de alumnos:** presentación de algunos apartados de tareas o trabajos de manera individual y/ o en equipo.

#### Sesiones prácticas:

Actividades en las que se aplicará de forma práctica la información adquirida en las sesiones teóricas. Se aplicarán diferentes metodologías, en función del contenido de la sesión. Los estilos de enseñanza que se aplicarán serán los tradicionales (mando directo), aquellos que fomenten la participación del alumno (enseñanza recíproca), y los que impliquen cognoscitivamente al alumno (resolución de problemas y descubrimiento guiado).

#### Tutorías:

- 1. Seguimiento del aprendizaje:** Actividades de refuerzo, estas sesiones están diseñadas para que el alumno resuelva todas aquellas dudas que le pudieran surgir relacionadas con la asignatura. Se podrán realizar de forma presencial o a través de la plataforma digital. También serán muy útiles a la hora de realizar el trabajo en equipo propuesto, ya que las profesoras podrán supervisar la marcha del trabajo y orientarlo.
- 2. Ampliación aprendizaje:** Actividades de desarrollo de nuevos contenidos: el estudiante podrá solicitar en estas sesiones guías de estudio, así como ampliación de bibliografía.

Las tutorías se realizarán previa petición vía email.

#### Otras consideraciones:

- Los medios informáticos o electrónicos durante las clases se utilizarán únicamente a indicaciones de la profesora, y exclusivamente con fines docentes.
- Nadie podrá entrar en el aula una vez que la profesora haya comenzado la clase. Se prohíbe abandonar la misma sin la autorización de la profesora antes del término de la clase, así como comer, beber y fumar en su interior, incluso antes, en el descanso entre clases y al término de la misma.
- Cada alumno situará en su perfil en la PDU una fotografía, acorde a su finalidad académica que permita identificarlo.
- Los e-mails que se envíen a los profesores deberán permitir la identificación de su origen (renombrando el remitente con nombre y dos apellidos, curso y grupo), e indicarán en el asunto el motivo de la consulta;
- No se atenderán e-mails las 72 horas anteriores al examen, ni 72 horas tras la revisión de examen teórico.

### Volumen de trabajo del alumno:

Modalidad organizativa	Métodos de enseñanza	Horas estimadas
Actividades Presenciales	Clase magistral	15
	Actividades para el aprendizaje basado en problemas	5
	Juegos	5
	Actividades para la enseñanza recíproca o enseñanza entre iguales	4
	Realización de pruebas de evaluación	2
Trabajo Autónomo	Asistencia a tutorías	2
	Tareas de investigación y búsqueda de información	5
	Realización de ejercicios, problemas, etc.	6
	Redacción de memorias	5
	Preparación de pruebas de evaluación	26
<b>Horas totales:</b>		<b>75</b>

## SISTEMA DE EVALUACIÓN:

### Obtención de la nota final:

Prueba escrita objetiva:	20	%
Prueba escrita de respuesta abierta:	35	%
Evaluación de productos:	45	%
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>%</b>

\*Las observaciones específicas sobre el sistema de evaluación serán comunicadas por escrito a los alumnos al inicio de la materia.

## BIBLIOGRAFÍA Y DOCUMENTACIÓN:

### Bibliografía básica:

BREWER, Cliver. Las destrezas motoras atléticas. Tutor, 2018.
CANO DE LA CUERDA, Roberto. Control y aprendizaje motor: Fundamentos, desarrollo y reeducación del movimiento humano. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2017.
CASTRO NÚÑEZ, Ulises. La iniciación a los deportes desde su estructura y dinámica: aplicaciones a la educación física escolar y al entrenamiento deportivo. Barcelona: INDE, 2000.
HAIBACH-BEACH, Pamela. Motor learning and development. Champaign: Huma Kinetics, 2018.
PADIENA CARDONA, Juan Carlos. Iniciación y formación deportiva: posibilidades de acción, fomento y desarrollo del deporte educativo, recreativo y competitivo desde agentes educativos. Armenia: Kinesis, 2019.

### Bibliografía recomendada:

ALONSO AUBIN, Diego Alexandre. Predeporte: El manual del entrenador de base. Tutor, 2021.
FORD, P et Al. The Long-Term athlete development model: Physiological evidence and application. Journal of Sport Science. 2011;19(4): 389-402.
LLOYD, R et Al. The Youth Physical Development Model: A new approach to long-term athletic development. Strength and conditioning journal. 2012; 34 (3): 61-72.
MIRWALS, RL et Al. An assessment of maturity from anthropometric measurements: Medicine and Science in Sport and Exercise. 2002; 34:689-694.
PARDIENA CARDONA, Juan Carlos. Procesos de iniciación y formación deportiva. Armenia: Kinesis, 2020.
RODRÍGUEZ HERNÁNDEZ, Hipólito. Fundamentos de la iniciación deportiva escolar. Armenia: Kinesis, 2020.

### Páginas web recomendadas:

\* Guía Docente sujeta a modificaciones