

## 1. DATOS BÁSICOS

Asignatura	ATLETISMO II
Titulación	GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE
Escuela/ Facultad	Medicina, Salud y Deportes
Curso	3º
ECTS	6
Carácter	OPT
Idioma/s	ESPAÑOL E INGLÉS
Modalidad	PRESENCIAL
Semestre	S6
Curso académico	2025-2026
Docente coordinador	CARLOS REVUELTA PARRA

## 2. PRESENTACIÓN

La asignatura Atletismo II debe desarrollar en su alumnado, las competencias de un profesor/entrenador de Atletismo en los niveles de perfeccionamiento y alto rendimiento en cualquier contexto de aplicación.

Esta asignatura contiene la formación necesaria para que el alumno sea capaz de programar el entrenamiento y la competición del velocista, del vallista, del corredor de fondo, medio fondo y obstáculos y marchadores de perfeccionamiento y alto nivel, eligiendo los medios y los métodos específicos.

El programa está diseñado con contenidos similares con los anteriores cursos federativos de entrenadores RFEA y con los módulos específicos de Técnico Deportivo en Atletismo actuales. La similitud es obligatoria para el reconocimiento y convalidación de las formaciones específicas de Técnico Deportivo de Atletismo.

Dentro de los ECTS de esta asignatura se incluyen clases magistrales, contenidos digitales específicos, análisis de casos, aprendizaje basado en problemas, entornos de simulación, prácticas específicas, trabajos dirigidos, tutorías y horas de trabajo autónomo.

## 3. COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

### Competencias básicas:

En esta asignatura se desarrollarán y evaluarán especialmente las siguientes competencias:

- CB2: Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la

elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

- CB3: Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- CB4: Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- CB5: Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

#### **Competencias transversales:**

- CT3: Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones: ser capaz de valorar y entender posiciones distintas, adaptando el enfoque propio a medida que la situación lo requiera.
- CT4: Capacidad de análisis y síntesis: ser capaz de descomponer situaciones complejas en sus partes constituyentes; también evaluar otras alternativas y perspectivas para encontrar soluciones óptimas. La síntesis busca reducir la complejidad con el fin de entenderla mejor y/o resolver problemas.
- CT10: Iniciativa y espíritu emprendedor: Capacidad para acometer con resolución acciones dificultosas o azarosas. Capacidad para anticipar problemas, proponer mejoras y perseverar en su consecución. Preferencia por asumir y llevar a cabo actividades.
- CT11: Planificación y gestión del tiempo: Capacidad para establecer unos objetivos y elegir los medios para alcanzar dichos objetivos usando el tiempo y los recursos de una forma efectiva.
- CT15: Responsabilidad: Capacidad para cumplir los compromisos que alcanza la persona consigo mismo y con los demás a la hora de realizar una tarea y tratar de alcanzar un conjunto de objetivos dentro del proceso de aprendizaje. Capacidad existente en todo sujeto para reconocer y aceptar las consecuencias de un hecho realizado libremente.

#### **Competencias específicas:**

- CE2: Capacidad para transmitir actitudes y valores en la práctica profesional en todos los ámbitos de la actividad física y del deporte, participando en la mejora de la sociedad.
- CE3: Capacidad para planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles y diferentes edades.
- CE4: Capacidad para analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales a los diferentes campos de la actividad física, el deporte y la recreación.
- CE9: Capacidad para seleccionar y saber utilizar el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad, identificando las características técnicas de los diferentes espacios deportivos.

#### **Resultados de aprendizaje:**

- RA1: Planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles, de las diferentes pruebas atléticas.
- RA2: Analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales al entrenamiento y competición de las pruebas atléticas, identificando prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.
- RA3: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad atlética o de su entrenamiento.
- RA4: Promover y desarrollar investigación relacionada con el aprendizaje, entrenamiento y rendimiento de las diferentes modalidades del atletismo.

En la tabla inferior se muestra la relación entre las competencias que se desarrollan en la asignatura y los resultados de aprendizaje que se persiguen:

Competencias	Resultados de aprendizaje
CB2, CB5	<p>RA1: Planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles, de las diferentes pruebas atléticas.</p> <p>RA2: Analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales al entrenamiento y competición de las pruebas atléticas, identificando prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.</p> <p>RA3: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad atlética o de su entrenamiento.</p> <p>RA4: Promover y desarrollar investigación relacionada con el aprendizaje, entrenamiento y rendimiento de las diferentes modalidades del atletismo.</p>
CT3, CT4, CT10, CT11, CT15	<p>RA1: Planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles, de las diferentes pruebas atléticas.</p>

	<p>RA2: Analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales al entrenamiento y competición de las pruebas atléticas, identificando prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.</p> <p>RA3: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad atlética o de su entrenamiento.</p> <p>RA4: Promover y desarrollar investigación relacionada con el aprendizaje, entrenamiento y rendimiento de las diferentes modalidades del atletismo.</p>
<p>CE2, CE3, CE4, CE9</p>	<p>RA1: Planificar, programar, aplicar, controlar y evaluar los procesos de entrenamiento y de la competición en sus distintos niveles, de las diferentes pruebas atléticas.</p> <p>RA2: Analizar y aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales al entrenamiento y competición de las pruebas atléticas, identificando prácticas inadecuadas que supongan riesgo para la salud, con el fin de evitarlas y corregirlas en los diferentes tipos de población.</p> <p>RA3: Seleccionar y saber utilizar los espacios, el material y el equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad atlética o de su entrenamiento.</p> <p>RA4: Promover y desarrollar investigación relacionada con el aprendizaje, entrenamiento y rendimiento de las diferentes modalidades del atletismo.</p>

## 4. CONTENIDOS

La materia está organizada en diez unidades de aprendizaje.

- Estudio de la evolución histórica, reglamentaria y organizativa del deporte Atletismo y su estado actual.
- Las carreras atléticas: clasificación, reglamento actualizado, factores determinantes del rendimiento, modelos. Biomecánica, fisiología y técnica.

- Medios y métodos de entrenamiento específicos.
- Conocimiento y análisis de la planificación y programación empleadas frecuentemente en las diversas especialidades. Medios de evaluación y control.

La vivencia práctica y el dominio relativo de las habilidades técnicas básicas de cada especialidad atlética y sus ejercicios especiales.

## 5. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

A continuación, se indican los tipos de metodologías de enseñanza-aprendizaje que se aplicarán:

- Clase magistral.
- Método del caso.
- Aprendizaje cooperativo.
- Aprendizaje basado en problemas (ABP)

## 6. ACTIVIDADES FORMATIVAS

A continuación, se identifican los tipos de actividades formativas que se realizarán y la dedicación en horas del estudiante a cada una de ellas:

### Modalidad presencial:

Actividad formativa	Número de horas
Lecciones magistrales (modalidad presencial)	12
Actividades en talleres y/o laboratorios (Modalidad presencial)	40
Análisis y resolución de casos prácticos (modalidad presencial)	30
Exposiciones orales (modalidad presencial)	4
Actividades participativas grupales (seminarios, participación en foros...)	13
Trabajo autónomo	35
Tutorías	8
Lecciones magistrales asíncronas	8
<b>TOTAL</b>	<b>150</b>

## 7. EVALUACIÓN

A continuación, se relacionan los sistemas de evaluación, así como su peso sobre la calificación total de la asignatura:

**Modalidad presencial:**

Sistema de evaluación	Peso
Pruebas presenciales de conocimiento	40%-50%
Observación del desempeño práctico	15%-35%
Evaluación de Informes y escritos	10%-30%
Participación en Debates y foros	5%-10%

En el Campus Virtual, cuando accedas a la asignatura, podrás consultar en detalle las actividades de evaluación que debes realizar, así como las fechas de entrega y los procedimientos de evaluación de cada una de ellas.

**7.1. Convocatoria ordinaria**

Para superar la asignatura en la convocatoria ordinaria deberás cumplir con los siguientes requisitos:

- Acudir como mínimo al 70% de las clases.
- La observación del desempeño práctico se hace por evaluación continua y con pruebas específicas de recuperación.
- Se realizan 2 trabajos de análisis técnico de casos, diagnóstico y propuestas de entrenamiento.
- La calificación de estos trabajos y de sus presentaciones representará el 25 % de la calificación final.
- Se realizan 2 pruebas de conocimiento objetivas teóricas parciales, con preguntas tipo test de elección múltiple con predominio conceptual, pruebas con preguntas cortas o de desarrollo de temas. También se incluyen cuestiones sobre videos de ejecuciones técnicas. Cada parcial es liberatorio, debiendo obtener en cada uno un mínimo de un 5 para poder aprobar la asignatura.
- El examen final teórico se realiza de los parciales no aprobados y se mantiene el criterio de compensación o media siempre que superen un 5.

- La parte teórica es el 45 % de la nota final.
- Para ser evaluado favorablemente, se precisa la realización de los apartados de práctica, trabajos, tareas online y teoría por separado.

## 7.2. Convocatoria extraordinaria

En la convocatoria extraordinaria el alumno deberá recuperar las partes de la asignatura que no haya superado con un mínimo de un 5 (incluidas las partes prácticas de la asignatura). En la parte teórica será de toda la asignatura, ambos parciales, y se debe obtener un mínimo de un 5 para aprobar la asignatura.

Se deben entregar las actividades y trabajos no superados en la convocatoria ordinaria, tras haber recibido las correcciones correspondientes a las mismas por parte del docente, o bien aquellas que no fueron entregadas.

## 8. CRONOGRAMA

En este apartado se indica el cronograma con fechas de entrega de actividades evaluables de la asignatura:

Actividades evaluables	Fecha
Actividad 1. 1ª Prueba objetiva tipo test - intermedia	Semana 6-8
Actividad 2. 2ª Prueba objetiva tipo test - intermedia	Semana 15
Actividad 3. 1ª Entrega de informe del análisis de la técnica de carrera	Semana 8
Actividad 4. Realización de pruebas prácticas	Semanas 1-15
Actividad 5. 2ª Entrega de informe del análisis de la técnica de vallas	Semana 14

Este cronograma podrá sufrir modificaciones por razones logísticas de las actividades. Cualquier modificación será notificada al estudiante en tiempo y forma.

## 9. BIBLIOGRAFÍA

La obra de referencia para el seguimiento de la asignatura es:

A continuación, se indica la bibliografía recomendada:

1. Brüggemann G. P. (1990) Techniques in athletics. Proceedings conference. Köln: Deutsche sporthochschule.
2. Cometti G., (2002) El entrenamiento de la velocidad, Barcelona: Paidotribo.
3. Dintiman G., Ward B. y Tellez T. (2001) La velocidad en el deporte. Madrid: Tutor.
4. García-Verdugo M. y Landa L. M., (2005) "Atletismo 4: Medio Fondo y Fondo".
5. García-Verdugo M., Leibar X., (1997) Entrenamiento de la resistencia de los corredores de mediofondo y fondo, Madrid: Gymnos.
6. García, J.M.; Navarro, M.; Ruiz, J.A.; Martín, R.; (1.998) La velocidad. Editorial 7. Gymnos. Madrid.
8. Gil, F.; Pascua, M.; Sánchez, R.; (2000) Manual Básico del Atletismo. Real Federación Española de Atletismo. Madrid.
9. Grosser, M. (1.992) Entrenamiento de la velocidad. Fundamentos, métodos y 11. programas. Ediciones Martínez Roca. Barcelona.
10. Hubiche, J.L. y Prador, M. (1986) Comprendre L`athletisme. INSEP. París.
11. Navarro F., ( 1990) La resistencia, Madrid:Gymnos.
12. Piasenta, J. (2000) Aprender a observar. Inde. Barcelona.
13. Verhoshanski J. (1992), Entrenamiento deportivo: Planificación y programación, Barcelona : Martínez-Roca.
14. Verhoshanski J. (2002) Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona: Paidotribo.
15. Verhoshanski J., M. Siff. (2000) Superentrenamiento . Barcelona: Paidotribo.

#### **REVISTAS.**

1. Athleticastudi.
2. Journal of applied biomechanics.
3. Leichtathletik Training.
4. Modern Athlete and Coach.
5. New Studies in Athletics. IAAF.
6. Revista del Entrenamiento Deportivo.
7. Track Coach.

#### **Publicaciones electrónicas y Internet.**

1. [www.sponet.de](http://www.sponet.de)
2. [www.ausport.gov.au](http://www.ausport.gov.au)
3. [www.ustrakcoaches.org](http://www.ustrakcoaches.org)
4. [www.canoe.ca](http://www.canoe.ca)
5. <http://194.213.2.7/wps/portal/iaaf>
6. [www.sprintology.com.au/](http://www.sprintology.com.au/)
7. [www.coachr.org/index.php](http://www.coachr.org/index.php)

## **10. UNIDAD DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA Y DIVERSIDAD**

Desde la Unidad de Orientación Educativa y Diversidad (ODI) ofrecemos acompañamiento a nuestros estudiantes a lo largo de su vida universitaria para ayudarles a alcanzar sus logros académicos. Otros de los pilares de nuestra actuación son la inclusión del estudiante con necesidades específicas de apoyo

educativo, la accesibilidad universal en los distintos campus de la universidad y la equiparación de oportunidades.

Desde esta Unidad se ofrece a los estudiantes:

1. Acompañamiento y seguimiento mediante la realización de asesorías y planes personalizados a estudiantes que necesitan mejorar su rendimiento académico.
2. En materia de atención a la diversidad, se realizan ajustes curriculares no significativos, es decir, a nivel de metodología y evaluación, en aquellos alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo persiguiendo con ello una equidad de oportunidades para todos los estudiantes.
3. Ofrecemos a los estudiantes diferentes recursos formativos extracurriculares para desarrollar diversas competencias que les enriquecerán en su desarrollo personal y profesional.
4. Orientación vocacional mediante la dotación de herramientas y asesorías a estudiantes con dudas vocacionales o que creen que se han equivocado en la elección de la titulación.

Los estudiantes que necesiten apoyo educativo pueden escribirnos a:

[orientacioneducativa@universidadeuropea.es](mailto:orientacioneducativa@universidadeuropea.es)

## **11. ENCUESTAS DE SATISFACCIÓN**

¡Tú opinión importa!

La Universidad Europea te anima a participar en las encuestas de satisfacción para detectar puntos fuertes y áreas de mejora sobre el profesorado, la titulación y el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Las encuestas estarán disponibles en el espacio de encuestas de tu campus virtual o a través de tu correo electrónico.

Tu valoración es necesaria para mejorar la calidad de la titulación.

Muchas gracias por tu participación.