

FUNDAMENTOS DEPORTES IV: VELA y CICLISMO

Curso 2018-2019

(Fecha última actualización: dd/mm/aaaa)

(Fecha de aprobación en Consejo de Departamento: 02/10/2018)

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Fundamentos de la vela. Fundamentos del ciclismo.	Fundamentos de la vela. Fundamentos del ciclismo.	3º	1º	6 (4 vela y 2 ciclismo)	Obligatoria
PROFESORES			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)		
<ul style="list-style-type: none"> Ruíz-Montero, Pedro Jesús Sánchez Muñoz, Cristóbal 			Dpto. de Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte. Correo electrónico: pedrorumo@ugr.es , csm@ugr.es		
			URL DE LA ASIGNATURA DE VELA: HTTPS://PRADOGRADO.UGR.ES/MOODLE/COURSE/VIEW.PHP?ID=13876		
			URL DE LA ASIGNATURA DE CICLISMO: https://pradogrado.ugr.es/moodle/course/view.php?id=11502		
			HORARIO DE TUTORÍAS *Lunes de 12.00 a 14.00 y miércoles de 10.00 a 14.00 (Profesor Pedro Jesús Ruiz-Montero) * Martes y miércoles de 11:00 a 14:00 horas (Profesor Cristóbal Sánchez Muñoz).		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Doble Grado en Educación Primaria y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte			Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)					



Saber nadar (en el caso de la asignatura de vela)

BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)

VELA:

La asignatura “Fundamentos de los Deportes: VELA”, tiene como objetivo principal el que el alumnado conozca las características, las diferencias, las progresiones y los enfoques que pueden realizarse en relación al proceso de enseñanza-aprendizaje en el medio acuático. Todo ello, a través de la iniciación en los deportes náuticos modernos, deslizamientos a bordo de diferentes tipos de embarcaciones (barcos escuela, tablas deslizantes propulsadas a vela o incluso a propulsión humana como por ejemplo piragüismo, etc.). A su vez, el alumnado debe adquirir los conocimientos fundamentales para el desarrollo de una correcta ejecución técnica y práctica en la iniciación a estas actividades deportivas.

CICLISMO:

Bloque Temático I.	Introducción histórica de la práctica ciclista.
Bloque Temático II.	Seguridad: aspectos previos a la salida en bici, durante la práctica y tras la práctica.
Bloque Temático III.	Enseñanza del ciclismo, aspectos pedagógicos específicos básicos.
Bloque Temático IV.	Cicloturismo, ciclismo recreativo.

COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

A. Genéricas:

- 1.- Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica.
- 2.- Conocimientos generales básicos sobre el área de estudio.
- 3.- **Comunicación oral y escrita en la propia lengua.**
- 4.- Habilidades básicas de manejo del ordenador.
- 5.- **Capacidad de toma de decisiones.**
- 6.- Saber aplicar el **MODELO de EDUCACIÓN DEPORTIVA**

B. Específicas (Cognitivas, procedimentales y actitudinales):

B.1.Cognitivas (Saber):

- 1.- Conocer y comprender la evolución histórica de las distintas técnicas que conforman los deportes.
- 2.- Conocer y comprender las modalidades deportivas de los deportes.
- 3.- Conocer y comprender los mecanismos de base de los deportes.
- 4.- Conocer y comprender las bases metodológicas a desarrollar para diseñar progresiones pedagógicas específicas en la iniciación a los deportes.
- 5.- Conocer y comprender las normas de seguridad en los deportes.

B.2.Procedimentales/Instrumentales (Saber hacer):

- 1.- Identificar de manera clara y simple las relaciones existentes entre la evolución histórica de la técnica del deporte y las actuales progresiones de enseñanza.
- 2.- Aprender a practicar el deporte, aplicando las instrucciones técnicas asimiladas.
- 3.- Seleccionar, prever y saber usar el material y el equipamiento necesario para la puesta en práctica del deporte.



4.- Identificar los elementos de seguridad en la práctica deportiva.

B.3.Actitudinales (Ser):

- 1.- Desarrollar habilidades básicas de trabajo en equipo y sus correspondientes relaciones interpersonales.
- 2.- Dotarse de espíritu emprendedor y creativo.
- 3.- Motivarse por la consecución de hábitos de calidad y compromiso ético.
- 4.- Potenciar la utilización del razonamiento crítico, basada en la capacidad de análisis y síntesis.
- 5.- Adaptarse a las nuevas situaciones mediante el aprendizaje autónomo.

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

- Conocer los orígenes de los deportes y sus diferentes modalidades.
- Aprender los fundamentos técnicos básicos de las distintas modalidades que componen los deportes en general y concretamente de sus diferentes disciplinas.
- Conocer las progresiones metodológicas de cada habilidad estudiada y practicada. Saber explicarlas.
- Conocer y saber elegir el material necesario para la práctica de los deportes, así como conocer sus características para poder aconsejar en un futuro a posibles alumnos y amigos en su elección.
- Aprender las bases de la enseñanza de los deportes.
- Conocer y practicar las bases para una práctica segura de los deportes en su medio natural y aprender a desenvolverse en dicho medio con soltura y conocimiento.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

TEMARIO TEÓRICO:

1. VELA

TEORIA:

Bloque Temático I.	Evolución histórica de la navegación a vela.
Bloque Temático II.	La embarcación (tipos y partes)
Bloque Temático III.	Conceptos básicos de la navegación.
Bloque Temático IV.	Desgaste y conservación del material.
Bloque Temático V.	Nociones básicas de meteorología.
Bloque Temático VI.	Iniciación a las regatas.

PRÁCTICA:

Un día práctico a la semana en el club marítimo de Melilla y alrededores. Es muy recomendable que el alumnado sepa nadar o mantenerse a flote en el agua ya que es una actividad donde el medio principal es el mar.

2. CICLISMO

TEORIA:

Bloque Temático I.	Introducción histórica de la práctica ciclista.
Bloque Temático II.	Seguridad: aspectos previos a la salida en bici, durante la práctica y tras la práctica.
Bloque Temático III.	Enseñanza del ciclismo, aspectos pedagógicos específicos básicos.



Bloque Temático IV. Cicloturismo y ciclismo recreativo.

PRÁCTICA:

Ciclismo: 2 días/semana en la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte según horario oficial, a establecer práctica o teoría según necesidades. Es necesaria la utilización de una bicicleta de montaña en condiciones de uso, con cambio de marchas. Además el uso del casco será OBLIGATORIO. Además se realizará al menos una salida con carácter OPTATIVO al medio natural a establecer y desarrollar con los alumnos.

BIBLIOGRAFÍA

1. VELA

- ASIN, G. (1967): Esquí Infantil. Ed. C.O.E. Madrid.
- BROCH, M. y otros (1990): Montaña con esquís. Ed. Pleniluni, S.A. Barcelona.
- BUENO PORCEL, P. (1991): Guía de Sierra Nevada. Granada, Alpujarra. Ed. Cetursa. Granada.
- D'Alessio, F. y Serafín, R. (1992): "Curso de Esquí. Las técnicas más actuales en descenso y fuera de pista". Edt. DE VECCHI. Barcelona.
- Federación Alemana de Esquí -FAE- (1981): "El esquí I,II,III,IV,V". Escuela de Campeones. Ed. Gymnos. Barcelona.
- GAMMA, K. (1982): Manual del esquí. Ed. H. Blume. Madrid.
- KEMMLER, J. (1981): El gran libro del esquí. Ed. Planeta, S.A. Barcelona.
- LEIGH, H. & LEIGH, J. (1979): Deportes de Invierno. Ed. Plaza & Janes, S.A. Barcelona.
- MARTIN RUIZ REQUENA, J. (1971): Iniciación al esquí. Ed. S.P.Universidad de Granada. Granada.
- ROLDÁN, E. (1993): El esquí I. Comité Olímpico Español. Madrid.

2. CICLISMO

- BERNAL RUIZ, J.A. (2002) Juegos y actividades con bicicleta. Wanceulen.
- INVERNÓ I CURÓS, J. (1998). Unidades didácticas para primaria VIII: circulemos en bicicleta. INDE.
- ZABALA, M. y cols. Modelo de unidad didáctica para educación física: un ejemplo integrado de juegos y deportes y actividades en el medio natural como vehículo de iniciación deportiva. <http://www.efdeportes.com/efd64/ud.htm>
- ZABALA, M., SOM, A., SÁNCHEZ, C., GUERRERO, D. J. & CABEZA DE VACA, S. (2007) La escuela de ciclismo. Pautas básicas y propuestas para su funcionamiento. Federación Andaluza de Ciclismo.
- LOPES, B. & MCCORMACK, L. (2006) Técnicas maestras de la mountain bike: para dominar y sobresalir en todos los estilos. Madrid: Tutor.
- CHARMICHAE, C. BURKE, E.R. (2006) Bicicleta. Salud y ejercicio. Barcelona: Paidotribo.
- WALLACK, R.M. & KATOVSKY, B. (2007) Ciclismo de por vida. Montar en bicicleta hasta los cien años. Barcelona: Paidotribo.
- TEOLIS, G. & LEONI, F. (2000) Mountain bike: aprende a pedalear en el medio de la naturaleza con cien ejercicios progresivos. Barcelona: Grijalbo Mondadori.
- PIEDNOIR, F. MEUNIER, G. & PAUGET, P. (2000) La bicicleta. Descubre y practica el cicloturismo. Barcelona: Inde.

ENLACES RECOMENDADOS

METODOLOGÍA DOCENTE

1)Teoría:

La lección teórica desarrollada ha de poseer una claridad expositiva, precisión y justeza de palabra, selección acertada



de conceptos en amplitud y profundidad, con adecuado ritmo expositivo, huyendo de la ampulosidad y tratando de establecer un buen campo de comunicación en clase entre los alumnos y el profesor de la asignatura.

Además, en la parte de vela las clases estarán enfocadas hacia el propio aprendizaje del alumnado sobre la asignatura. Por ello, se utilizará una metodología activa y de gran intervención del alumnado durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, donde se constante una reflexión e indagación sobre lo que se exponga o realice en la teoría. Catálogo de técnicas docentes: diálogos, debates, puestas en prácticas, exposiciones, trabajo en casa mediante metodología activa “flip classroom” u otras, lecturas, talleres, reflexiones, trabajos en grupo, representaciones y otras que fomenten el aprendizaje autónomo, grupal y colaborativo con todo el grupo-clase.

2)Práctica:

1. Las prácticas que se van a realizar en las clases tanto teóricas como prácticas, tienen como principal exponente la participación del alumnado.
2. Las clases prácticas completan a las teóricas, y la finalidad de las prácticas es la enseñanza de la realización de una técnica, una metodología y en definitiva, una actividad física y deportiva para así tratar de establecer una enseñanza integral en el alumnado.
3. Las prácticas de vela se van a realizar en el club marítimo de Melilla y alrededores, y las de ciclismo en las instalaciones del a Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte (y en su caso en el medio natural de forma opcional y a establecer con los alumnos).

3)Participación del alumno:

1. Realización de trabajos por grupos que complementan el conocimiento de la asignatura.
2. En el caso de Vela, las sesiones prácticas están diseñadas para que el alumnado conozca el medio (club marítimo, alrededores y la bahía) con su implicación en las actividades que se le van a proponer, se pretende que aprendan los conocimientos y fundamentos básicos de los deportes náuticos y especialmente la vela. En el caso de ciclismo, las sesiones prácticas están enfocadas a una práctica en un medio más seguro (instalaciones deportivas) con el objeto de garantizar una progresión adecuada, para culminar la práctica en el medio natural como medio más hostil y a controlar.

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Primer cuatrimestre e VELA	Temas del temario	Actividades presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)					Actividades no presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)				
		Sesiones teóricas (horas)	Sesiones prácticas (horas)	Exposiciones y seminarios (horas)	Exámenes (horas)	Etc.	Tutorías individuales (horas)	Tutorías colectivas (horas)	Estudio y trabajo individual del alumno (horas)	Trabajo en grupo (horas)	Etc.
Semana 1	1	1	4						1		
Semana 2	1	1	4	0,5			1	1	1	1	
Semana 3	2	1	4				1	1	1	1	



Semana 4	2	1	4	0,5					1		
Semana 5	3	1	4				1	1	1	1	
Semana 6	3	1	4	0,5					1		
Semana 7	4	1	4				1	1	1	1	
Semana 8	4	1	4	0,5					1		
Semana 9	5	1	4				1	1	1	1	
Semana 10	5	1	4	0,5					1		
Semana 11	6	1	4	0,5	3		1	1	1	1	
Semana 12											
Semana 13											
Semana no especificada											
Total horas		11	44	3	3		6	6	11	6	



Primer cuatrimestre CICLISMO	Temas del temario	Actividades presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)					Actividades no presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)				
		Sesiones teóricas (horas)	Sesiones prácticas (horas)	Exposiciones y seminarios (horas)	Exámenes (horas)	Etc.	Tutorías individuales (horas)	Tutorías colectivas (horas)	Estudio y trabajo individual del alumno (horas)	Trabajo en grupo (horas)	Etc.
Semana 1	1	1	1								
Semana 2	1	1	1								
Semana 3	2	1	1								
Semana 4	2	1	1								
Semana 5	2	1	1			4		4			
Semana 6	3	1	1								
Semana 7	3	1	1								
Semana 8	3	1	1					4			
Semana 9	4	1	1								
Semana 10	4	1	1		3	4		4			
Semana 11											
Semana 12											
Semana 13											
Semana no especificada											
Total horas		10	10		3	8		12			



EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.) NCG112/3: Modificación de la Normativa de Evaluación y de Calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada. Aprobado en la sesión ordinaria del Consejo de Gobierno de 26 de octubre de 2016),

Esta es una asignatura troncal de carácter teórico y práctico, que constará de dos evaluaciones diferenciadas, cuya superación por separado dará lugar a una nota promediada, con un 6,66% correspondiente a la parte de Vela y un 3,33% correspondiente a la parte de Ciclismo. Será condición indispensable para los alumnos, la **asistencia** al menos del 80% de las sesiones de clase PRÁCTICAS para poder aprobar la asignatura.

En la parte de Vela, inicialmente se evaluará sobre 10 puntos y de este valor se obtendrá su 6,66% correspondiente; en la parte de Ciclismo se realizará de la misma manera pero ponderándose sobre un 3,33% de la nota final. En ambos casos cada nota sobre 10 previa a la ponderación final se realizará de la siguiente manera:

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	CRITERIOS DE CALIFICACIÓN	OBSERVACIONES
Trabajos grupales e individuales, asistencia, exposiciones y hojas de registro y cuestionarios de clase: Sobre los contenidos de la teoría y la práctica, según cada modelo de Educación Deportiva: vela y ciclismo.	3,5 puntos (ciclismo) 6 puntos (vela)	Cada alumno deberá completar y entregar, diferentes propuestas enviadas mediante trabajos grupales o individuales. Los trabajos de ejercicios técnicos serán expuestos en las prácticas así como exposiciones.
Pruebas Teóricas (examen tipo test): Se preguntará por los contenidos teórico-prácticos vistos en las sesiones (teóricas y prácticas), y en los trabajos evaluados.	3 puntos (ciclismo y vela)	Realización: A lo largo de la asignatura, previo información al alumnado vía PRADO.
Pruebas Prácticas: Sobre cualquiera de los contenidos de la técnica práctica adquiridos.	3,5 puntos (ciclismo)	Realización: Diciembre (Esquí) y Mayo-Junio (Ciclismo).
Subjetivo del profesor	1 punto (vela)	
PUNTUACIÓN MÁXIMA	10 PUNTOS	Cada parte debe ser superada-aprobada, para realizar el computo final.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

- Conoce y comprende los fundamentos, principios y finalidades de los fundamentos básicos de la vela y el ciclismo.
- Conoce y analiza los modelos de técnica y condicionantes de estos en la vela y el ciclismo.
- Diseña y aplica herramientas e instrumentos adecuados para demostrar los conocimientos teórico-prácticos



adquiridos.

- Comprende y es capaz de desarrollar diferentes tareas y actividades de los deportes de vela y ciclismo.
- Conoce y utiliza la normativa específica para realizar con seguridad actividades relacionadas con la enseñanza de la vela y el ciclismo.
- Toma conciencia de la importancia de efectuar actividades encaminadas a respetar la diversidad y adaptación a los diferentes niveles de progreso de la vela y el ciclismo.

Nota: según la Normativa aprobada por Consejo de Gobierno de “EVALUACIÓN Y DE CALIFICACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA” en su sesión extraordinaria de 20 de mayo de 2013, se tendrá en cuenta además, el artículo 8 referente entre otros que el alumno puede acceder a una Prueba Única Final, donde además deberá realizar las prácticas de la asignatura correspondiente.

DISEÑO PARA TODOS: NECESIDADES ESPECÍFICAS DE APOYO EDUCATIVO (NEAE)

Siguiendo las recomendaciones de la CRUE y del Secretariado de Inclusión y Diversidad de la UGR, en el caso de estudiantes con discapacidad u otras necesidades específicas de apoyo educativo, los sistemas de adquisición y de evaluación de competencias recogidos en esta guía docente se aplicarán conforme al principio de diseño para todas las personas, realizando las adaptaciones metodológicas, temporales y espaciales precisas para facilitar el aprendizaje y la demostración de conocimientos de acuerdo a las necesidades y la diversidad funcional del alumnado.

DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS QUE FORMARÁN PARTE DE LA EVALUACIÓN ÚNICA FINAL ESTABLECIDA EN LA “NORMATIVA DE EVALUACIÓN Y DE CALIFICACIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA”

Las pruebas de la asignatura de vela consisten en dos partes las cuales es obligatorio superar cada una de ellas para aprobar la asignatura:

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

- * Prueba escrita: de respuesta breve y tipo test, casos o supuestos, resolución de problemas.
- * Portafolios, diseño de una tarea motriz, comprensión lectora de libros/artículos/textos.

CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

- * **Prueba escrita/desarrollo práctico: 20%**
- * **Prueba tipo test: 80%**

Tal y como dicta el artículo 6.2 de la Normativa de Evaluación y de Calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada (aprobada en Consejo de Gobierno de 26 de octubre de 2016), la evaluación será preferentemente continua, entendiéndose por tal, la evaluación diversificada establecida anteriormente.

Además, el alumnado que opte por la evaluación continua y no la supere a fecha de convocatoria ordinaria, pasará automáticamente a realizar una prueba de características similares a evaluación única en convocatoria extraordinaria, perdiendo derecho de la convocatoria ordinaria.



DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS QUE FORMARÁN PARTE DE LA EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

El alumnado que no supere la evaluación continua o evaluación única a fecha de convocatoria ordinaria, realizará una prueba con mismas características que la evaluación única, pero en convocatoria-evaluación extraordinaria.

INFORMACIÓN ADICIONAL

Fundamentos de los Deportes IV: Vela y Ciclismo, es una asignatura troncal desarrollada a lo largo del primer cuatrimestre. El tratamiento de la asignatura se basa en conocer, estudiar y practicar los deportes mencionados. Esta asignatura podría encontrar su continuidad en las optativas de 1) Perfeccionamiento y 2) Especialización, en las cuales el alumno puede elegir el deporte específico a estudiar.

La presente Guía Docente de la asignatura “Fundamentos de los Deportes IV: Vela y Ciclismo” fue aprobada, en la sesión ordinaria de **XXXXX**, del Consejo de Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada.

