

Curso: Atletismo		Horas aula: 1
Clave: 101CP004		Horas virtuales: 0
Antecedentes:		Horas laboratorio: 3 Horas independientes: 3
Competencia del área: Discriminar los elementos pedagógicos, técnicos, y biológicos de la estructura del entrenamiento, con el fin de sustentar la toma de decisiones en el proceso de preparación, con apertura al cambio y conforme a los principios del entrenamiento deportivo.	Competencia del curso: Aplicar los elementos técnicos y metodológicos de las principales pruebas de atletismo, para la formación y desarrollo de las capacidades deportivas, mediante el trabajo en equipo, de acuerdo con las características de los individuos a quien se dirija el entrenamiento.	
Elementos de competencia:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificar los elementos básicos del atletismo y las distintas pruebas que lo conforman, con el fin de comprender, mediante el aprendizaje, sus características y su desarrollo en la actividad deportiva de los individuos según sus habilidades y capacidades. 2. Demostrar los elementos técnicos de las pruebas de pista con el fin de desarrollar su aplicación en los individuos a quien se dirija el entrenamiento, en consideración a los pasos metodológicos y bajo un enfoque de calidad. 3. Demostrar los elementos técnicos de las pruebas de campo con el fin de desarrollar su aplicación en los individuos a quien se dirija el entrenamiento, en consideración a los pasos metodológicos y bajo un enfoque de calidad. 		
Perfil del docente:		
Licenciado en Entrenamiento Deportivo preferentemente con Maestría en Metodología del Deporte de Alto Rendimiento. Planifica los procesos de enseñanza y de aprendizaje, fomenta el uso de la tecnología, atendiendo al enfoque por competencias y los ubica en contextos disciplinares, curriculares y sociales amplios. Evalúa los procesos de enseñanza aprendizaje con un enfoque formativo, con una actitud de cambio ante las innovaciones pedagógicas y tecnológicas.		
Elaboró: Mtro. Francisco Humberto Vaca Rubio		Diciembre 2021
Revisó: DANIA ARAUJO		Diciembre 2021
Última actualización:		
Autorizó: Coordinación de Procesos Educativos		Diciembre 2021

Elemento de competencia 1: Identificar los elementos básicos del atletismo y las distintas pruebas que lo conforman, con el fin de comprender, mediante el aprendizaje, sus características y su desarrollo en la actividad deportiva de los individuos según sus habilidades y capacidades.

Competencias blandas a promover: Aprendizaje

EC1 Fase I: Atletismo

Contenido: Historia del atletismo. Pruebas oficiales

EC1 F1 Actividad de aprendizaje 1: Línea del tiempo sobre la historia del Atletismo

Elaborar de manera individual e independiente una línea del tiempo sobre la historia del atletismo a partir de la búsqueda de información en fuentes confiables y los recursos proporcionados.

Participar en el aula en la construcción grupal de la línea del tiempo. Llevar recortes, cartulinas u hojas de colores que propicien la creatividad en la actividad.

2 hrs. Aula
2 hrs. Independientes

Tipo de actividad:

Aula (X) Virtuales () Laboratorio ()
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Athletics: a [history](#) of a modern track.

Criterios de evaluación de la actividad:

[Rúbrica de línea del tiempo](#)

EC1 F1 Actividad de aprendizaje 2: Collage digital sobre fechas significativas en el atletismo

Elaborar de forma individual e independiente un collage digital en el cual se representen las 10 fechas significativas en el atletismo de acuerdo con la propia perspectiva. Indicar fecha, suceso y lugar del evento seleccionado y presentar la información de forma creativa.

Presentar collage en el aula para socializar los distintos eventos y discutir el tema.

2 hrs. Aula
3 hrs. Independientes

Tipo de actividad:

Aula (X) Virtuales () Laboratorio ()
Grupal (X) Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- [World athletics](#)
- Video: Larrambla. (2013). [Las Olimpiadas en el mundo clásico](#)

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [Collage Digital](#)

EC1 Fase II: Eventos oficiales

Contenido: Pruebas pista: Velocidad, medio fondo, fondo, relevos, obstáculos, marcha y combinado. Pruebas de campo: Salto y lanzamiento

EC1 F2 Actividad de aprendizaje 3: Mapa Conceptual sobre las pruebas de atletismo

Elaborar un mapa conceptual de manera independiente en el cual se señalen las pruebas que conforman la disciplina del atletismo. Incorporar de manera breve en qué consiste cada una de ellas.

Participar en discusión grupal.

Tipo de actividad:

Aula (X) Virtuales () Laboratorio ()
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo.
[Deportes](#)

<p>2 hrs. Aula 1 hr. Independiente</p>	<p>Criterios de evaluación de la actividad: Rúbrica de Mapa Conceptual</p>
<p>EC1 F2 Actividad de aprendizaje 4: Revista digital sobre las pruebas de atletismo</p> <p>Elaborar de forma independiente y en equipo una revista digital sobre la prueba que el facilitador asigne. Incorporar los siguientes elementos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Records • Vestimenta • Reglamento • Fases metodológicas para la enseñanza <p>Presentar el producto a los compañeros en el aula y resolver dudas presentadas. Tomar nota de manera individual sobre los temas abordados por los miembros de cada equipo.</p> <p>4 hrs. Aula 3 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula (X) Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo (X) Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo. Deportes • CONADE. Anexo Técnico de atletismo <p>Criterios de evaluación de la actividad: Rúbrica de revista digital</p>
<p>Evaluación formativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Línea del tiempo sobre la historia del Atletismo. • Collage digital sobre fechas significativas en el atletismo. • Mapa Conceptual sobre las pruebas de atletismo. • Revista digital sobre las pruebas de atletismo. 	
<p>Fuentes de información</p>	
<ol style="list-style-type: none"> 1. World athletics (2014). Athletics- a History of Modern Track and Field Athletics. https://worldathletics.org/news/news/athletics-history-of-modern-track-and-field?type=news&urlslugathletics-history-of-modern-track-and-field&urlslugathletics-history-of-modern-track-and-field&typenews 2. Larrambla (s/f). Las olimpiadas en el mundo clásico. https://www.youtube.com/watch?v=umqBx-K20ec 3. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). https://worldathletics.org/our-sport 4. Consejo Nacional del Deporte (2021). Anexo Técnico Atletismo. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/637257/Atletismo_NC_2021_V3.pdf 	

Elemento de competencia 2: Demostrar los elementos técnicos de las pruebas de pista con el fin de desarrollar su aplicación en los individuos a quien se dirija el entrenamiento, en consideración a los pasos metodológicos y bajo un enfoque de calidad.

Competencias blandas a promover: Enfoque en la calidad

EC2 Fase I: Pruebas de velocidad

Contenido: Pruebas de 100, 200 y 400 metros

EC2 F1 Actividad de aprendizaje 5: Reporte de prácticas de pruebas de velocidad

Realizar de manera independiente un reporte derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollen los pasos metodológicos a seguir para las pruebas de 100, 200 y 400 mts.

Atender a la demostración de los pasos por parte del facilitador para posteriormente desarrollarlos de acuerdo con las indicaciones proporcionadas.

5 hrs. Laboratorio
1 hr. Independiente

Tipo de actividad:

Aula () Virtuales () Laboratorio (X)
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Sprints [100](#) mts.
- Sprint [200](#) mts.
- Sprints [400](#) mts.

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [reporte de práctica](#)

EC2 F1 Actividad de aprendizaje 6: Video de los pasos metodológicos de las pruebas de velocidad

Realizar de manera independiente un video en el cual se asuma la figura de maestro y se guíe a un sujeto en el desarrollo de los pasos metodológicos para las pruebas de velocidad.

Incorporar una breve introducción en la cual se señale el material y vestimenta necesaria para su desarrollo.

3 hrs. Independientes

Tipo de actividad:

Aula () Virtuales () Laboratorio ()
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Sprints [100](#) mts.
- Sprint [200](#) mts.
- Sprints [400](#) mts.

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [video](#)

EC2 Fase II: Pruebas de 1/2 fondo y fondo

Contenido: Pruebas de medio fondo: 800 y 1500. Pruebas de fondo: 5,000; 10,000; medio maratón y maratón

EC2 F2 Actividad de aprendizaje 7: Reporte de práctica de las pruebas de medio fondo

Realizar un reporte de manera individual derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollarán los pasos metodológicos de las pruebas de medio fondo.

Atender a la demostración por parte del facilitador y posteriormente realizar los ejercicios correspondientes.

Tipo de actividad:

Aula () Virtuales () Laboratorio (X)
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Carrera de medio fondo: [800 mts.](#)
- Carrera de medio fondo: [1,500 mts.](#)

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [Reporte de práctica](#)

<p>6 hrs. Laboratorio 2 hrs. Independientes</p>	
<p>EC2 F2 Actividad de aprendizaje 8: Cuadro comparativo de las pruebas de 1/2 fondo y fondo</p> <p>Realizar de forma independiente un cuadro comparativo en el cual se identifiquen las características de las pruebas que conforman el medio fondo y fondo. Incluir especificaciones de equipo y los pasos metodológicos de cada prueba.</p> <p>2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo (X) Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carrera de medio fondo: 800 mts. • Carrera de medio fondo: 1,500 mts. • Carrera de fondo: 5,000 mts. • Carrera de fondo 10,000 mts. <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de cuadro comparativo</p>
<p>EC2 F2 Actividad de aprendizaje 9: Trabajo escrito sobre pasos metodológicos para la enseñanza de las pruebas de 1/2 fondo y fondo</p> <p>Realizar de forma independiente e individual, un documento escrito en el cual se presente un guión de cómo se desarrollarían los pasos metodológicos de una de las pruebas de medio fondo y una de fondo.</p> <p>2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Carrera de medio fondo: 800 mts. • Carrera de medio fondo: 1,500 mts. • Carrera de fondo: 5,000 mts. • Carrera de fondo 10,000 mts. <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de trabajo escrito</p>
<p>EC2 Fase III: Pruebas de relevos y obstáculos</p> <p>Contenido: Pruebas de relevo: 4x100 y 4x400. Pruebas de obstáculos: 100 con vallas mujer; 110 con vallas hombre; 400 hombres y mujeres</p>	
<p>EC2 F3 Actividad de aprendizaje 10: Reporte de práctica de las pruebas de relevo</p> <p>Realizar un reporte de manera individual derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollarán los pasos metodológicos de las pruebas de relevos 4*100 y 4*400.</p> <p>Atender a la demostración por parte del facilitador y posteriormente realizar los ejercicios correspondientes.</p> <p>4 hrs. Laboratorio 2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio (X) Grupal () Individual (X) Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prueba de relevos 4*100 • Prueba de relevos 4*400 <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de reporte de práctica</p>

<p>EC2 F3 Actividad de aprendizaje 11: Video sobre pasos metodológicos para la enseñanza de la prueba de relevos</p> <p>Realizar un video de forma individual en donde se represente la forma en la que se transmitirían los pasos metodológicos de la prueba de relevos de acuerdo con los individuos que participen en la demostración.</p> <p>2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prueba de relevos 4*100 • Prueba de relevos 4*400 <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de video</p>
<p>EC2 F3 Actividad de aprendizaje 12: Trabajo escrito sobre los pasos metodológicos de las pruebas de obstáculos</p> <p>Realizar en equipo un trabajo escrito en el cual se presenten los pasos metodológicos para el desarrollo de las pruebas de obstáculos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 100 con vallas mujer • 110 con vallas hombre • 400 hombres y mujeres <p>2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo (X) Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pruebas de obstáculos: 100 • Pruebas de obstáculos: 110 • Pruebas de obstáculos: 400 hombres y mujeres • Rius, J. (2017). Metodología y técnicas de atletismo. Editorial Paidotribo. https://elibro.net/es/lc/ues/titulos/116872 <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de trabajo escrito</p>
<p>EC2 Fase IV: Pruebas de marcha y eventos combinados</p> <p>Contenido: Pruebas de marcha: 20 y 50 km Eventos combinados: heptatlon y decatlon</p>	
<p>EC2 F4 Actividad de aprendizaje 13: Análisis de caso sobre la técnica y reglamento de la marcha</p> <p>Realizar un análisis de caso respecto a la prueba de marcha, analizando los pasos metodológicos de la técnica y el reglamento correspondiente.</p> <p>2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo (X) Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medio maratón • Maratón <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de análisis de caso</p>
<p>EC2 F4 Actividad de aprendizaje 14: Entrevista sobre pruebas de eventos combinados</p> <p>Realizar entrevista a algún atleta o entrenador respecto a la disciplina de eventos combinados, enfocándose en aspectos relacionados con el</p>	<p>Tipo de actividad: Aula (X) Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual (X) Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p>

<p>entrenamiento del deportista, la metodología para la enseñanza de este deporte y la planificación semanal.</p> <p>Entregar guía de preguntas a realizar al facilitador para correcciones y dudas y presentar entrevista en el aula para comentarios y discusión.</p> <p>1 hr. Aula 2 hrs. Independientes</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Video: Decatlón • Video: Heptatlón <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de entrevista</p>
---	---

<p>Evaluación formativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reporte de prácticas de pruebas de velocidad • Video de los pasos metodológicos de las pruebas de velocidad • Reporte de práctica de las pruebas de medio fondo • Cuadro comparativo de las pruebas de 1/2 fondo y fondo • Trabajo escrito sobre pasos metodológicos para la enseñanza de las pruebas de 1/2 fondo y fondo • Reporte de práctica de las pruebas de relevo • Video sobre pasos metodológicos para la enseñanza de la prueba de relevos • Trabajo escrito sobre los pasos metodológicos de las pruebas de obstáculos • Análisis de caso sobre la técnica y reglamento de la marcha • Entrevista sobre pruebas de eventos combinados
--

Fuentes de información

<ol style="list-style-type: none"> 1. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Sprints 100 mts. https://worldathletics.org/disciplines/sprints/100-metres 2. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Sprints 200 mts. https://worldathletics.org/disciplines/sprints/200-metres 3. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Sprints 400 mts. https://worldathletics.org/disciplines/sprints/400-metres 4. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Carrera de medio fondo 800 mts https://worldathletics.org/disciplines/middlelong/800-metres 5. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Carrera de medio fondo 1,500 mts. https://worldathletics.org/disciplines/middlelong/1500-metres 6. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Carrera de fondo 5,000 mts. https://worldathletics.org/disciplines/middlelong/5000-metres 7. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Carrera de fondo 10,000 mts. https://worldathletics.org/disciplines/middlelong/10000-metres 8. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Prueba de relevos 4*100. https://worldathletics.org/disciplines/relays/4x100-metres-relay 9. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Prueba de relevos 4*400. https://worldathletics.org/disciplines/relays/4x400-metres-relay 10. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Prueba de obstáculos 100 mts. https://worldathletics.org/disciplines/hurdles/100-metres-hurdles 11. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Prueba de obstáculos 110 mts.
--

<https://worldathletics.org/disciplines/hurdles/110-metres-hurdles>

12. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Prueba de obstáculos 400 mts.

<https://worldathletics.org/disciplines/hurdles/400-metres-hurdles>

13. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Medio maratón.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/road-running/half-marathon>

14. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Maratón.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/road-running/half-marathon>

15. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Decatlón.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/combined-events/decathlon>

16. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Heptatlón.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/combined-events/heptathlon>

17. Gallach, J. y Campos, J. (2017). Las técnicas de atletismo: manual práctico de enseñanza. Editorial Paidotribo. <https://elibro.net/es/lc/ues/titulos/116858>

18. Rius, J. (2017). Metodología y técnicas de atletismo. Editorial Paidotribo.

<https://elibro.net/es/lc/ues/titulos/116872>

Elemento de competencia 3: Demostrar los elementos técnicos de las pruebas de campo con el fin de desarrollar su aplicación en los individuos a quien se dirija el entrenamiento, en consideración a los pasos metodológicos y bajo un enfoque de calidad.

Competencias blandas a promover: Trabajo en equipo

EC3 Fase I: Saltos

Contenido: Saltos horizontales: longitud, triple. Saltos verticales: altura y pértiga.

EC3 F1 Actividad de aprendizaje 15: Reporte de práctica de saltos horizontales

Realizar, de manera independiente, un reporte derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollen los pasos metodológicos a seguir para las pruebas de saltos horizontales.

Atender a la demostración de los pasos por parte del facilitador para posteriormente desarrollarlos de acuerdo con las indicaciones proporcionadas

6 hrs. Laboratorio
2 hrs. Independientes

Tipo de actividad:

Aula () Virtuales () Laboratorio (X)
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Salto de [longitud](#)
- Salto [triple](#)

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [Reporte de Práctica](#)

EC3 F1 Actividad de aprendizaje 16: Mesa redonda sobre los tipos de saltos

Atender a la mesa redonda organizada por parte del facilitador con relación a los tipos de saltos, sus características, reglamentos y pasos metodológicos.

2 hrs. Aula

Tipo de actividad:

Aula (X) Virtuales () Laboratorio ()
Grupal () Individual () Equipo ()
Independientes ()

Recursos:

- Salto de [altura](#)
- Salto de [pértiga](#)
- Salto de [altura](#)
- Salto [triple](#)

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [mesa redonda](#)

EC3 F1 Actividad de aprendizaje 17: Reporte de práctica de saltos verticales

Realizar, de manera independiente, un reporte derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollen los pasos metodológicos a seguir para las pruebas de saltos verticales.

Atender a la demostración de los pasos por parte del facilitador para posteriormente desarrollarlos de acuerdo con las indicaciones proporcionadas.

6 hrs. Laboratorio
2 hrs. Independientes

Tipo de actividad:

Aula () Virtuales () Laboratorio (X)
Grupal () Individual (X) Equipo ()
Independientes (X)

Recursos:

- Salto de [altura](#)
- Salto de [pértiga](#)

Criterios de evaluación de la actividad:

Rúbrica de [Reporte de prácticas](#)

EC3 Fase II: Lanzamientos	
Contenido: Pruebas de lanzamiento: Disco, bala, jabalina, martillo	
<p>EC3 F2 Actividad de aprendizaje 18: Reporte escrito sobre pruebas de lanzamiento</p> <p>Realizar de manera independiente y en equipo, un reporte escrito sobre las pruebas de lanzamiento y sus principales características.</p> <p>Disutir el tema en el aula con apoyo del facilitador.</p> <p>2 hrs. Aula 3 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula (X) Virtuales () Laboratorio () Grupal () Individual () Equipo (X) Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzamiento de disco • Lanzamiento de martillo • Lanzamiento de jabalina • Lanzamiento de bala <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de Reporte Escrito</p>
<p>EC3 F2 Actividad de aprendizaje 19: Reporte de práctica de lanzamiento de disco</p> <p>Realizar, de manera independiente, un reporte derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollen los pasos metodológicos a seguir para el lanzamiento de disco.</p> <p>Atender a la demostración de los pasos por parte del facilitador para posteriormente desarrollarlos de acuerdo con las indicaciones proporcionadas.</p> <p>6 hrs. Laboratorio 3 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio (X) Grupal () Individual () Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <p>Lanzamiento de disco</p> <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de reporte de práctica</p>
<p>EC3 F2 Actividad de aprendizaje 20: Reporte de práctica de lanzamiento de bala</p> <p>Realizar, de manera independiente, un reporte derivado de la práctica de campo en la cual se desarrollen los pasos metodológicos a seguir para el lanzamiento de bala.</p> <p>Atender a la demostración de los pasos por parte del facilitador para posteriormente desarrollarlos de acuerdo con las indicaciones proporcionadas.</p> <p>6 hrs. Laboratorio 2 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio (X) Grupal () Individual (X) Equipo () Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzamiento de bala <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de reporte de práctica</p>
<p>EC3 F2 Actividad de aprendizaje 21: Dramatización de pruebas de atletismo</p> <p>Realizar en parejas una dramatización de una de las pruebas de atletismo de acuerdo con la</p>	<p>Tipo de actividad: Aula () Virtuales () Laboratorio (X) Grupal () Individual () Equipo () Independientes ()</p>

<p>indicación del facilitador.</p> <p>Interpretar el rol de entrenador y atleta y posteriormente intercambiar roles con el fin de demostrar el proceso de enseñanza de la técnica.</p> <p>6 hrs. Laboratorio</p>	<p>Recursos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lanzamiento de disco • Lanzamiento de martillo • Lanzamiento de jabalina • Lanzamiento de bala <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de dramatización</p>
<p>EC3 F2 Actividad de aprendizaje 22: Proyecto integrador sobre las pruebas de atletismo</p> <p>Realizar un proyecto integrador en el cual se integre, a manera de manual, un documento en el cual se incorporen, de forma didáctica, los elementos básicos de cada prueba de atletismo y los aspectos metodológicos para su enseñanza.</p> <p>Incorporar una intriducción en la cual de forma breve se incluya la historia del atletismo y atender a las especificaciones por parte del facilitador.</p> <p>4 hrs. Independientes</p>	<p>Tipo de actividad:</p> <p>Aula () Virtuales () Laboratorio ()</p> <p>Grupal () Individual (X) Equipo ()</p> <p>Independientes (X)</p> <p>Recursos:</p> <p>Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo. Deportes</p> <p>Criterios de evaluación de la actividad:</p> <p>Rúbrica de proyecto integrado</p>
<p>Evaluación formativa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reporte de práctica de saltos verticales • Mesa redonda sobre los tipos de saltos • Reporte de práctica de saltos horizontales • Reporte escrito sobre pruebas de lanzamiento • Reporte de práctica de lanzamiento de disco • Reporte de práctica de lanzamiento de bala • Proyecto integrador sobre pruebas de atletismo 	
<p>Fuentes de información</p>	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto de longitud. https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/long-jump 2. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto triple. https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/triple-jump 3. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto de altura. https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/high-jump 4. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto de pértiga. https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/pole-vault 5. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto de altura. https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/long-jump 6. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Salto triple. 	

<https://www.worldathletics.org/disciplines/jumps/triple-jump>

7. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Lanzamiento de disco.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/throws/discus-throw>

8. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Lanzamiento de Martillo.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/throws/hammer-throw>

9. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Lanzamiento de jabalina.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/throws/javelin-throw>

10. Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (s/f). Lanzamiento de bala.

<https://www.worldathletics.org/disciplines/throws/shot-put>

11. Rius, J. (2017). Metodología y técnicas de atletismo. Editorial

Paidotribo. <https://elibro.net/es/lc/ues/titulos/116872>

12. Schwartz, T. y Magill, P. (2017). El corredor. Editorial

Paidotribo. <https://elibro.net/es/lc/ues/titulos/116237>

Políticas

Se establecen las siguientes políticas para los estudiantes participantes, que estarán vigentes durante todo el curso; para las situaciones no contempladas en este documento, se aplicará la decisión surgida de la participación de maestro, alumno y, en su caso, las autoridades académicas del UES.

1. Asistencia mínima de 80% para adquirir el derecho a la evaluación del curso.
2. Presentarse puntualmente a las sesiones de clase.
3. Participar de manera colaborativa en las actividades.
4. Desarrollar las actividades prácticas planteadas.
5. Conducirse con respeto hacia los compañeros y docentes.

Metodología

Es responsabilidad del estudiante gestionar los procedimientos necesarios para alcanzar el desarrollo de las competencias del curso.

El curso se desarrollará combinando sesiones presenciales y virtuales, así como prácticas presenciales en laboratorios, campos o a distancia en congruencia con la naturaleza de la asignatura.

Los productos académicos escritos deberán ser entregados en formato PDF en la plataforma institucional.

Para alcanzar la competencia del curso de Atletismo, se deberá seguir la metodología que a continuación se sugiere.

El curso se conforma por actividades teóricas y prácticas, las cuales es necesario desarrollar para el logro de la competencia.

La adquisición de la competencia para la enseñanza del atletismo depende en gran medida del desarrollo de las actividades prácticas para conocer los aspectos técnicos y metodológicos.

Evaluación

Rubros que se tendrán en cuenta para emitir la evaluación: Entrega puntual de actividades. Portafolio electrónico integrado. Autoevaluación Estandarizada. Actitudes y Valores

ARTÍCULO 27. La evaluación es el proceso que permite valorar el desarrollo de las competencias establecidas en las secuencias didácticas del plan de estudio del programa educativo correspondiente.

Su metodología es integral y considera diversos tipos de evidencias de conocimiento, desempeño y producto por parte del alumno.

ARTÍCULO 28. Las modalidades de evaluación en la Universidad son:

1. Diagnóstica permanente, entendiéndola como la evaluación continua del estudiante durante la realización de una o varias actividades;
2. Formativa, siendo esta, la evaluación al alumno durante el desarrollo de cada

- elemento de competencia; y
- Sumativa es la evaluación general de todas y cada una de las actividades y evidencias de las secuencias didácticas.

Sólo los resultados de la evaluación sumativa tienen efectos de acreditación y serán reportados al departamento de registro y control escolar.

ARTÍCULO 29. La evaluación sumativa será realizada tomando en consideración de manera conjunta y razonada, las evidencias del desarrollo de las competencias y los aspectos relacionados con las actitudes y valores logrados por el alumno.

Para tener derecho a la evaluación sumativa de las asignaturas, el alumno deberá:

1. Cumplir con la evidencia de las actividades establecidas en las secuencias didácticas;
2. Asistir como mínimo al 70% de las sesiones de clase impartidas.

ARTÍCULO 30. Los resultados de la evaluación expresarán el grado de dominio de las competencias, por lo que la escala de evaluación contemplará los niveles de:

1. Competente sobresaliente;
2. Competente avanzado;
- Competente intermedio;
1. Competente básico; y
2. No aprobado.

El nivel mínimo para acreditar una asignatura será el de competente básico.

Para fines de acreditación los niveles tendrán un equivalente numérico conforme a la siguiente tabla:

		Competente sobresaliente	10
		Competente avanzado	9
		Competente intermedio	8
		Competente básico	7
		No aprobado	6