



INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA N° 27 – SANTA FE

PROGRAMA DE EXAMEN

NOVIEMBRE 2023 - AGOSTO 2024

ESPACIO: DC II

SUBESPACIO: Atletismo

CAMPO DE LA FORMACIÓN: Específica

AÑO DE LA CARRERA EN QUE SE DICTA: Segundo

DOCENTES: Aguirre, Cristian

Chiaraviglio, Guillermo

Rodríguez Piñero, Cristian

CONTENIDOS:

DEPORTES CERRADOS II Y SU DIDÁCTICA

1 historia del atletismo. Programa oficial. Clasificación de pruebas. Juegos de iniciación y Mini atletismo.

2 técnica de carrera. Para aplicar en los saltos, jabalina, medio fondo y fondo.

3 saltos de longitud: largo y triple. Generalidades, historia, biomecánica. Estilos: natural, suspendido, tijera. Análisis Técnico – Mecánico. Fases de carrera – despegue – vuelo – caída. Acondicionamiento físico. Reglamento. Metodología. Ejercitaciones para el desarrollo y entrenamiento. Juegos. Seguridad.

4 Salto en Alto técnica "Flop". Generalidades, historia del salto en alto, biomecánica Análisis Técnico – Mecánico. Fases de: carrera – despegue – vuelo – caída. Importancia de cada una de ellas. Metodología – seguridad – Juegos. Reglamento.

5 lanzamiento de Bala lineal y Rotacional. Jabalina y Disco. Generalidades, historia, clasificaciones. Análisis Técnico – Mecánico. Fases. Aerodinámica. Factores que determinan el resultado de los lanzamientos. Metodología – Seguridad – adaptación

de los implementos a edad/grupo. Tipos de organizaciones espaciales según el lanzamiento y la cantidad de alumnos. Reglamento.

6 pruebas de resistencia: Su técnica. Introducción e iniciación. Reglamento. Metodología. Sistemas de desarrollo, consideraciones didácticas de seguridad y motivación. Pautas para su entrenamiento y la relación con la salud y el mejoramiento de la calidad de vida. Carreras de medio fondo y fondo. Nociones de preparación física y sistemas de entrenamiento básicos. Reglamentación, estrategias para la prueba.

INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN:

- **Análisis de situaciones hipotéticas.**
- **Análisis de textos.**
- **Análisis de videos.**
- **Desarrollo de consignas.**
- **Múltiple opción.**
- **Formularios.**
- **Coloquios.**
- **Presentaciones orales.**
- **Cuestionarios.**
- **Desempeños prácticos.**

Se considerarán los siguientes criterios:

-Los gestos y posturas a realizar son básicos de cada prueba, se trata de aspectos fundamentales técnicos y metodológicos, facilitados dadas las condiciones de cursado no presencial.

-Para realizar el video es fundamental observar, imitar, practicar y analizarse (observarse), en relación a los videos compartidos como material de estudio.

-Asimismo es primordial tener en claro el material teórico, las ilustraciones, descripciones, reglamentaciones y ejercitaciones, analizarlas y comprenderlas).

FORMATO DEL EXAMEN: En primera instancia se realiza una parte práctica que consiste en la evaluación correspondiente a 2 disciplinas del programa que son seleccionadas por el tribunal ese mismo día. Si el tribunal considera necesario se evalúa una tercera disciplina.

Para acceder a la parte teórica el/la alumno/a debe aprobar con un mínimo de seis (6) la parte práctica.

En una segunda instancia se realiza un examen escrito, en el cual el/la alumna debe alcanzar un mínimo de seis (6) puntos para su aprobación.

BIBLIOGRAFÍA Y VIDEOGRAFÍA BÁSICA:

- Clases de elaboración propia de la cátedra (expuestas en el aula virtual 2020).
- Videos de elaboración propia de la cátedra (expuestos en el aula virtual 2020).
- CRD - IAAF Santa Fe. Correr, Saltar y Lanzar. Guía Oficial de la IAAF/WA para la Enseñanza del Atletismo. Mónaco, 2000:
<http://atletismomdp.com.ar/wp-content/uploads/2017/02/libro-iaaf-correr-saltar-y-lanzar.pdf>
- Reglamento de Competición WA vigente:
https://www.rfea.es/jueces/publicaciones/Reglamento_Competicion2020_WorldAthletics.pdf
- IAAF. Miniatlético. Un Evento para Jóvenes por Equipo. Mónaco, 2006:
[file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/IAAF%20Kids'%20Athletics%20-%20Educational%20Cards%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/IAAF%20Kids'%20Athletics%20-%20Educational%20Cards%20(2).pdf)

BIBLIOGRAFÍA GENERAL: (se ampliará a esta bibliografía cuando se retome la presencialidad y los alumnos puedan acceder a la biblioteca y fotocopiadora).

- Dossier de la cátedra (compuesto por capítulos específicos de libros seleccionados por los docentes).
- Mazzeo, Emilio y Edgardo - Atletismo para Todos - IPEF. Córdoba – Junio 2000.
- Rius Sant, Joan. Metodologías y técnicas de Atletismo. Sagrafic. España, 2005.