

PLAN DOCENTE DE LA ASIGNATURA

Curso académico: 2024/2025

Identificación y características de la asignatura			
Código	500295	Créditos ECTS	6
Denominación (español)	Iniciación a los deportes de raqueta, de lucha y de ciclismo.		
Denominación (inglés)	Introduction to racquet sports, combat sports and cycling.		
Titulaciones	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
Centro	Facultad de Ciencias del Deporte		
Semestre	5º	Carácter	Optativo
Módulo	Fundamentos de los deportes		
Materia	Iniciación a otras manifestaciones deportivas		
Profesor/es			
Nombre	Despacho	Correo-e	Página web
Diego Muñoz Marín	402	diegomun@unex.es	www.diegomun.es
Guillermo Olcina Camacho	308	golcina@unex.es	
Miguel Ángel Hernández Mocholí	504	mhmocholi@unex.es	
Santos Villafaina Domínguez	411	svillafaina@unex.es	
Área de conocimiento	Educación Física y Deportiva		
Departamento	DIDÁCTICA DE LA EXPRESIÓN MUSICAL, PLÁSTICA Y CORPORAL		
Profesor coordinador (si hay más de uno)	Diego Muñoz Marín		
Competencias*			
Competencias básicas			
<p>CB1 Que el estudiantado haya demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.</p> <p>CB2 Que el estudiantado sepa 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.</p> <p>CB3 Que el estudiantado tenga 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.</p>			

*Los apartados relativos a competencias, breve descripción del contenido, actividades formativas, metodologías docentes, resultados de aprendizaje y sistemas de evaluación deben ajustarse a lo recogido en la memoria verificada del título.

<p>CB4 Que el estudiantado pueda transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.</p> <p>CB5 Que el estudiantado haya desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.</p>
Competencias generales
<p>CG2 Adquirir la formación científica aplicada a la Actividad Física y el Deporte en sus diferentes manifestaciones.</p> <p>CG9 Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje relativos a la actividad física y del deporte, con atención a las características individuales y contextuales de las personas.</p> <p>CG10 Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.</p> <p>CG11 Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, psicológicos y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y el deporte.</p>
Competencias transversales
<p>CT1 Comprender y utilizar la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en otras lenguas de presencia significativa en el ámbito científico, preferentemente en lengua inglesa.</p> <p>CT3 Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.</p> <p>CT4 Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo.</p> <p>CT6 Conocer y actuar dentro de los principios éticos y deontológicos necesarios para el correcto ejercicio profesional.</p> <p>CT7 Promover la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres en el ámbito de la actividad física y del deporte.</p> <p>CT8 Promover la igualdad de oportunidades y accesibilidad universal de las personas con discapacidad y poblaciones especiales en el ámbito de la actividad física y del deporte.</p> <p>CT9 Promover la igualdad de oportunidades entre toda la ciudadanía, independientemente de criterios socioeconómicos o culturales en el ámbito de la actividad física y del deporte.</p>
Competencias específicas
<p>CE4 Conocer y comprender los fundamentos del deporte.</p> <p>CE10 Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles.</p> <p>CE12 Identificar los riesgos para la salud de la práctica y el entrenamiento deportivo de actividades físicas inadecuadas.</p> <p>CE13 Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas.</p> <p>CE15 Seleccionar y saber utilizar el equipamiento y material deportivo adecuado para cada tipo de actividad.</p> <p>CE02 Conocer las características formales y funcionales básicas de otras manifestaciones deportivas, siendo capaz de elaborar adecuadas progresiones metodológicas y dominando la observación y ejecución de los elementos técnicos-tácticos y la corrección de errores.</p>
Contenidos
Breve descripción del contenido*
<p>La presente materia es introductoria a otras Actividades Deportivas y pretende garantizar que el alumnado adquiriera un conocimiento básico de dichas actividades deportivas, que sea capaz de vivenciar y ejecutar con un mínimo nivel de dominio los procedimientos básicos de las mismas, y que adquiriera el dominio metodológico que garantice que son capaces de enseñarlas de manera apropiada en diferentes contextos de práctica.</p>
Temario de la asignatura

Temario de Deportes de Raqueta
<p>Tema 1. Origen, evolución y estructura de los deportes de raqueta</p> <p>1.1. Historia del tenis 1.2. Historia del pádel 1.3. Organización del tenis y pádel nacional e internacional</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Conocer e identificar fechas y acontecimientos importantes en tenis y pádel, así como la estructura de la competición.</p>
<p>Tema 2. Lógica formal de los deportes de raqueta en las etapas de iniciación</p> <p>2.1. Reglamento de juego del tenis 2.2. Reglamento de juego del pádel 2.3. Materiales e instalaciones de tenis y pádel 2.4. Simbología y nomenclatura en tenis y pádel</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Preguntas sobre reglamento y materiales relacionados con tenis y pádel. Actividades de simbología y nomenclatura.</p>
<p>Tema 3. Metodología de enseñanza-entrenamiento de los deportes de raqueta en las etapas de iniciación</p> <p>3.1. Modelos de enseñanza y su aplicación al tenis y pádel 3.2. Estrategias de enseñanza 3.3. Organización de la práctica 3.4. Tipos de ejercicios y su organización en tenis y pádel (didáctica) 3.5. Feedback y correcciones</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Sesiones prácticas de los diferentes contenidos y desarrollo de actividades de metodología de enseñanza. Diseño de hojas de observación. Experimentación motriz de lanzamiento de pelotas con cestos</p>
<p>Tema 4. Estructura funcional de los deportes de raqueta en la etapa de iniciación I (Técnica)</p> <p>4.1. Características y objetivos de las etapas de iniciación en tenis y pádel. 4.2. Las empuñaduras en las etapas de iniciación 4.3. Los golpes: golpes básicos y especiales en etapa de iniciación</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Experimentación motriz de las acciones técnicas básicas del tenis y del pádel. Ejemplificación, explicación, práctica y corrección de gestos técnicos. Práctica de lanzamiento de pelotas y correcciones. Diseño de ejercicios</p>
<p>Tema 5. Estructura funcional de los deportes de raqueta en la etapa de iniciación I (Táctica)</p> <p>5.1. Aspectos tácticos básicos: zonas de la pista y posicionamiento 5.2. Consistencia en el juego, alturas, direcciones y profundidades, efectos</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Experimentación motriz de los principios tácticos básicos del tenis y del pádel. Práctica de lanzamiento de pelotas y correcciones. Diseño de ejercicios</p>

<p>Tema 6. Adaptaciones y variantes de los deportes en función del contexto/entorno y participantes</p> <p>6.1. Pickleball 6.2. Tenis playa</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Experimentación motriz de otras modalidades deportivas de raquetas y variantes de éstas, como tenis playa y pickleball</p>
<p>Temario de Deportes de Lucha</p>
<p>Tema 1. Origen, evolución y estructura de los deportes</p> <p>1.1. Historia de los deportes de lucha. 1.2. Características y clasificación de los deportes de lucha. 1.3. Los deportes de lucha en la actualidad. Perspectivas de futuro.</p> <p>Descripción de las actividades prácticas No se incluyen actividades prácticas del tema</p>
<p>Tema 2. Lógica formal de los deportes en las etapas de iniciación</p> <p>2.1. Características y dimensiones del espacio en los deportes de lucha 2.2. Descripción de los implementos utilizados en los deportes de lucha. 2.3. El reglamento en los deportes de lucha.</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Actividades de búsqueda de información relacionada con los aspectos formales de los deportes de lucha. Taller de elaboración de materiales para su inclusión en Unidades didácticas de iniciación a los deportes de lucha</p>
<p>Tema 3. Lógica funcional de los deportes en las etapas de iniciación</p> <p>3.1. La comunicación motriz en los deportes de lucha. 3.2. La estrategia motriz en los deportes de lucha. 3.3. La técnica. Fundamentos técnicos de los deportes de lucha. 3.4. Fundamentos tácticos en los deportes de lucha.</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Prácticas de los fundamentos técnicos y tácticos de distintas modalidades de lucha (El hilo conductor son las aplicaciones prácticas de dichas modalidades basadas en la autodefensa y en su manifestación deportiva) incluyendo la presentación por parte de expertos en dichas modalidades</p>
<p>Tema 4. Metodología de enseñanza-entrenamiento de los deportes en las etapas de iniciación</p> <p>4.1. Consideraciones fundamentales sobre la iniciación a los deportes de 4.2. Etapas de iniciación a la lucha. 4.3. Iniciación a la competición en los deportes de lucha. 4.4. Los deportes de lucha en la Educación Secundaria.</p> <p>Descripción de las actividades prácticas Diseño y practica de progresiones metodológicas basadas en las características del enfrentamiento y las habilidades motrices implicadas en las distintas modalidades de lucha.</p>
<p>Tema 5. Adaptaciones y variantes de los deportes en función del contexto/entorno y participantes</p> <p>5.1. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la educación física escolar. 5.2. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la actividad física y salud. 5.3. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la actividad física adaptada.</p>

5.4. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito del entrenamiento y rendimiento deportivo.

5.5. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la gestión y recreación deportiva.

Descripción de las actividades prácticas

Diseño de proyectos de iniciación deportiva de las modalidades de lucha en los distintos ámbitos de aplicación incluidos en el tema.

Temario de Deportes de Ciclismo

Tema 1. Origen, evolución y estructura del ciclismo

1.1. Historia del ciclismo.

1.2. Especialidades ciclistas: Ciclismo de ruta, Mountain Bike, Ciclocross, Pista, BMX, Triatlón.

1.3. Unión ciclista internacional (UCI), Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) y Federaciones autonómicas.

Descripción de las actividades prácticas

Búsqueda aspectos relevantes historia del ciclismo.

Identificación características de las especialidades ciclistas.

Estudio y análisis de las web de las federaciones regionales, nacionales e Internacionales.

Tema 2. Lógica formal del ciclismo

2.1. Tipos de bicicleta.

2.2. Medidas de la bicicleta.

2.3. Componentes I: Cuadro, bielas, pedales.

2.4. Componentes II: Ruedas, desarrollos y otros.

2.5. Materiales I: Vestimenta y casco.

2.6. Materiales II: Apoyo al entrenamiento (pulsómetros, ciclosimuladores, potenciómetros, etc.).

2.7. Lugares de práctica del ciclismo.

2.8. Reglamento.

Descripción de las actividades prácticas

Estudio y comparativa de diferentes materiales vinculados al ciclismo.

Valoración del rendimiento con pulsómetros y ciclosimuladores.

Elaboración del power-profile.

Tema 3. Lógica funcional del ciclismo

3.1. Posición de la persona ciclista sobre la bicicleta.

3.2. Técnica individual I: el pedaleo y la cadencia óptima.

3.3. Técnica individual II: elección de desarrollos y utilización del freno.

3.4. Técnica individual III: escalada, descenso y llano.

3.5. Técnica individual IV: trazada de curvas y paso de obstáculos.

3.6. Técnica colectiva: relevos, abanicos.

3.7. Táctica en el ciclismo: elementos de análisis

3.8. Táctica individual ofensiva: cambios de ritmos, demarrajajes, etc.

3.9. Táctica individual defensiva: ir a rueda, descolgarse, contraataque, etc.

3.10. Táctica colectiva en el ciclismo. Roles dentro de un equipo.

Descripción de las actividades prácticas

Estudio y análisis de la posición de la persona ciclista en la bicicleta (bikefitting).

Aprendizaje y ejecución de elementos técnicos de ciclismo.

Aprendizaje y ejecución de elementos tácticos de ciclismo.

Tema 4. Metodología de enseñanza-entrenamiento del ciclismo

- 4.1. Etapas de formación de la persona ciclista.
- 4.2. Enseñanza de la técnica del ciclismo.
- 4.3. Enseñanza de la táctica del ciclismo.
- 4.4. Preparación física de la persona ciclista.

Descripción de las actividades prácticas

Desarrollo de una planificación de una escuela ciclista.

Tema 5. Adaptaciones y variantes de ciclismo en función del contexto/entorno y participantes

- 5.1. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito del entrenamiento y rendimiento deportivo.
- 5.2. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la educación física escolar.
- 5.3. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la gestión y recreación deportiva.
- 5.4. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la actividad física y salud.
- 5.5. Ejemplos y aplicaciones prácticas en el ámbito de la actividad física adaptada.

Descripción de las actividades prácticas

Elaboración de propuesta de desarrollo profesional vinculada al ciclismo en los diferentes ámbitos de las Ciencias del Deporte.

Actividades formativas*

DEPORTES DE RAQUETA

Horas de trabajo del alumno por tema		Horas teóricas	Actividades prácticas				Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total		CH	L	O	S		
1	8,5	1				1,5	0	6
2	8,5	2				1,5	0	5
3	15	1				3	1	10
4	63,5	6				22,5	2	33
5	39,5	3				13,5	2	21
6	4	1				3	0	0
Evaluación**	11	1				0	0	10
TOTAL	150	15				45	5	85

GG: Grupo Grande (85 estudiantes).

CH: Actividades de prácticas clínicas hospitalarias (7 estudiantes)

L: Actividades de laboratorio o prácticas de campo (15 estudiantes)

O: Actividades en sala de ordenadores o laboratorio de idiomas (20 estudiantes)

S: Actividades de seminario o de problemas en clase (40 estudiantes).

TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).

EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.

DEPORTES DE LUCHA

Horas de trabajo del alumno por tema		Horas teóricas	Actividades prácticas				Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total		CH	L	O	S		
1	6,5	1				0	1	4,5
2	20	3				10	1	6

** Indicar el número total de horas de evaluación de esta asignatura.

3	50	4				19	1	26
4	39	3				11,5	1	23,5
5	21	2				3	1	15
Evaluación**	13,5	2				1,5		10
TOTAL	150	15				45	5	85

GG: Grupo Grande (85 estudiantes).

CH: Actividades de prácticas clínicas hospitalarias (7 estudiantes)

L: Actividades de laboratorio o prácticas de campo (15 estudiantes)

O: Actividades en sala de ordenadores o laboratorio de idiomas (20 estudiantes)

S: Actividades de seminario o de problemas en clase (40 estudiantes).

TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).

EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.

DEPORTES DE CICLISMO

Horas de trabajo del alumno por tema		Horas teóricas	Actividades prácticas				Actividad de seguimiento	No presencial
Tema	Total	GG	CH	L	O	S	TP	EP
1	12	2				2	1	7
2	12	2				2	1	7
3	21	2				8	1	10
4	54,5	4				18,5	1	31
5	37	3				13	1	20
Evaluación**	13,5	2				1,5		10
TOTAL	150	15				45	10	80

GG: Grupo Grande (85 estudiantes).

CH: Actividades de prácticas clínicas hospitalarias (7 estudiantes)

L: Actividades de laboratorio o prácticas de campo (15 estudiantes)

O: Actividades en sala de ordenadores o laboratorio de idiomas (20 estudiantes)

S: Actividades de seminario o de problemas en clase (40 estudiantes).

TP: Tutorías Programadas (seguimiento docente, tipo tutorías ECTS).

EP: Estudio personal, trabajos individuales o en grupo, y lectura de bibliografía.

Metodologías docentes*

La metodología empleada en la asignatura pretende estimular al máximo las interacciones del estudiantado con el profesorado y con la asignatura mediante pedagogías lo más activas posibles. Así, dado el carácter teórico-práctico de la asignatura, la mayoría de las sesiones se impartirán en el contexto de las instalaciones deportivas. Por otra parte el Campus Virtual de la UEx (CVUEx) permite complementar y en gran medida integrar la formación presencial del alumnado, apoyándose el empleo de las Nuevas Tecnologías de la Información y de la Comunicación, abriéndose un curso virtual para esta asignatura con el fin de mejorar su seguimiento mediante el empleo de diferentes recursos y herramientas metodológicas muy útiles para el intercambio documentos e información (trabajos del alumnado, documentos) y para completar y perfeccionar la formación de nuestro alumnado: lecciones, cuestionarios, wikis, empleo de paquetes scorm, talleres, foros... La introducción y empleo de nuestro alumnado al empleo de los diferentes recursos que ofrece dicho campus será progresiva.

** Indicar el número total de horas de evaluación de esta asignatura.

** Indicar el número total de horas de evaluación de esta asignatura.

Las personas matriculadas en la asignatura podrán acceder al Campus Virtual de la Universidad de Extremadura, toda vez son registradas, mediante la dirección de Internet <http://campusvirtual.unex.es/portal>.

ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A continuación, se presentan las directrices y estructura básica de las diferentes metodologías que van a emplearse, contemplándose diferentes tipos de sesión:

A. Sesión teórica:

En relación con la actividad formativa *“Lección magistral”*, referida en la ficha del Módulo como *“Tipo 1”* con relación a los deportes de raqueta, lucha o ciclismo. Será empleada como introducción al tema con apoyo tecnológico de los contenidos específicos a tratar, de manera que la parte práctica se constituya en una aplicación de los conocimientos teóricos tratados, al tiempo que se desarrollan contenidos específicos a nivel metodológico apoyándonos en el análisis, observación y comentario sobre situaciones de enseñanza/entrenamiento; reflexiones críticas sobre documentos, situaciones, textos o temáticas concretas del tema en cuestión; o propuestas prácticas o aplicaciones a situaciones en el tenis, la lucha o el ciclismo.

B. Sesión teórico-práctica:

Se impartirán contenidos prácticos destinados a:

- Ejecución motriz: en relación con la actividad formativa *“Prácticas de ejecución y experimentación motriz en instalaciones deportivas”*, referida en la ficha del Módulo como *“Tipo 3”* con relación a los deportes de raqueta, lucha o ciclismo.

- Observación y análisis de situaciones reales en vivo o filmadas: en relación con la actividad formativa *“Prácticas de ejecución y experimentación motriz en instalaciones deportivas”*, referida en la ficha del Módulo como *“Tipo 2”*, o bien con las actividades de *“Trabajo no presencial del alumnado, realización de trabajos, lecturas recomendadas, estudio de la materia, teleformación y/o autoformación”* referidas en la ficha del Módulo como *“Tipo 5”* con relación a los deportes de raqueta, lucha o ciclismo.

- Preparación de trabajos y reflexión metodológica que podrán dar respuesta a actividades formativas de *tipo 2, tipo 3 o tipo 5*, referidas en la ficha del Módulo ya citadas anteriormente

- Asistencia a eventos de interés para la asignatura en relación con el *“Trabajo no presencial del alumnado: realización de trabajos, lecturas recomendadas, estudio de la materia, teleformación y autoformación”*, referidas en la ficha del Módulo como *“Tipo 5”*. Se recogen estas actividades para que, en caso de concurrir eventos deportivos o académicos que puedan beneficiar la formación del alumnado, pueda considerarse la oportunidad de asistir a los mismos como sustitución o complementación de las sesiones anteriormente señaladas.

- Asistencia y participación en tutorías ECTS. Se valorarán a través de instrumentos de registro, como hojas de control y registros de incidencia.

Resultados de aprendizaje*

1. Describir e identificar la evolución, estructura, organización y reglamentación de otras actividades deportivas.

2. Identificar, nombrar y definir las características fundamentales de otras actividades deportivas y las posibilidades metodológicas a aplicar en su enseñanza.

3. Elaborar y aplicar progresiones de enseñanza de otras actividades deportivas adecuadas a distintos contextos de práctica.

4. Aplicar y ajustar adecuadamente los principios metodológicos para la enseñanza de otras actividades deportivas.

5. Interpretar, analizar y resolver situaciones técnico-tácticas planteadas en otras actividades deportivas.

6. Definir y diferenciar los modelos de ejecución de las distintas acciones en otras actividades deportivas.

7. Poseer un dominio básico de otras actividades deportivas que permita disfrutar de su práctica

8. Observar e identificar errores técnicos y/o tácticos cometidos en otras actividades deportivas y elaborar tareas para la corrección de los mismos.

Sistemas de evaluación*

Actividades e instrumentos de evaluación

INSTRUMENTOS	ACTIVIDADES	%	COMPETENCIAS
Asistencia y participación activa en actividades formativas	Control de asistencia a clases (superado el 70%) y/o de la implicación e intervención óptima en las tareas, reflexiones, revisiones, comentarios, propuestas, etc. planteadas en clase	5%	CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CG2, CG11, CT3, CT4, CT5, CT6, CT7, CT8, CT9, CE4, CE10, CE12, CE13, CE15, CE02
Examen (prueba presencial de desarrollo escrito u oral en sus diferentes modalidades) o Trabajos, portafolios, diarios, memorias de prácticas, proyectos e informes	Prueba final de desarrollo escrito y/o tipo test dirigida a valorar la comprensión de contenidos fundamentales de la asignatura, que incluye cuestiones conceptuales y cuestiones de aplicación teórico-práctica	50%	CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CG2, CG9, CG10, CG11, CT1, CT3, CT4, CT6, CT7, CT8, CT9, CE4, CE10, CE12, CE13, CE15, CE02
Prueba/s de observación y/o ejecución	Prueba/s individual/es y/o grupales para la evaluación de la capacidad de observación y/o ejecución	25%	CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CG2, CG9, CG10, CG11, CT3, CT4, CT6, CT7, CT8, CT9, CE4, CE10, CE12, CE13, CE15, CE02
Trabajos individuales o grupales, portafolios, diarios, memorias de prácticas, proyectos, informes	Realización de trabajos individuales y/o grupales de diseño o análisis, relativo a la temática de las competencias de "saber hacer"	20%	CB1, CB2, CB3, CB4, CB5, CG2, CG9, CG10, CG11, CT1, CT3, CT4, CT6, CT7, CT8, CT9, CE4, CE10,

			CE12, CE13, CE15, CE02
--	--	--	------------------------

Observaciones / Aclaraciones

De acuerdo con lo establecido en la *Normativa de Evaluación de los resultados de aprendizaje y de las competencias adquiridas por el alumnado en las titulaciones oficiales de la Universidad de Extremadura*, Normativa de evaluación de la UEX vigente, el estudiantado, durante las cuatro primeras semanas (1/3 inicial del semestre), deberá elegir entre el sistema de evaluación continua o el sistema de evaluación con una única prueba final de carácter global.

Para aprobar la asignatura en la **convocatoria ordinaria**, es necesario que, de acuerdo con la elección previa del alumnado, cumpla alguna de las dos situaciones diferenciadas:

1. Para el sistema de evaluación continua: se debe aprobar el apartado de "o Trabajos, portafolios, diarios, memorias de prácticas, proyectos e informes", y que la suma de la puntuación obtenida mediante los diferentes instrumentos de evaluación sea superior a 5. Las actividades de evaluación continua no son recuperables a lo largo del curso.
2. Para el sistema con una única prueba final: aprobar una prueba final escrita de carácter global, donde se incluirán tanto contenidos teóricos como aquellos abordados en las prácticas.

En la **convocatoria extraordinaria** el alumnado tendrá que realizar una prueba final de carácter global que permita evaluar las competencias definidas en la asignatura. Se establecerá un periodo en el que los discentes podrán elegir de nuevo si desea mantener o cambiar la modalidad de evaluación para la convocatoria extraordinaria. El estudiantado dispondrá de las 4 primeras semanas del segundo semestre para cambiar su modalidad informando al coordinador de la asignatura a través del campus virtual. El alumnado que no informe del cambio de modalidad mantendrá la misma modalidad de evaluación que tenían para la convocatoria ordinaria anterior.

El plagio de trabajos supone el suspenso en la asignatura.

Se aplicará el sistema de calificaciones vigente en cada momento; actualmente, el que aparece en el RD 1125/2003, artículo 5º. Los resultados obtenidos por el estudiantado en la asignatura se calificarán en función de la siguiente escala numérica de 0 a 10, con expresión de un decimal, a la que podrá añadirse su correspondiente calificación cualitativa: 0 - 4,9: Suspenso (SS), 5,0 - 6,9: Aprobado (AP), 7,0 - 8,9: Notable (NT), 9,0 - 10: Sobresaliente (SB). La mención de Matrícula de Honor podrá ser otorgada a estudiantes que hayan obtenido una calificación igual o superior a 9.0. Su número no podrá exceder del 5 % de las personas matriculadas en una asignatura en el correspondiente curso académico, salvo que el número de personas matriculadas sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola Matrícula de Honor.

Bibliografía (básica y complementaria)

DEPORTES DE RAQUETA

Bibliografía básica

Barberó, G. (2007). Didáctica de una clase de pádel. Retos, nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 12, 54-57.

Fuentes, J. P. y Gusi, N. (1996). *Iniciación jugada a la técnica y a la táctica en el tenis: espacios reducidos y poco material*. Cáceres. Copegraf S.L.

- Fuentes, J. P. y otros (1999). *Enseñanza y entrenamiento del tenis. Fundamentos didácticos y científicos*. Cáceres. Universidad de Extremadura. Servicio de Publicaciones.
- Fuentes, J. P. y Del Villar (2003). *La formación didáctica del entrenador de tenis de alta competición*. Cáceres. Universidad de Extremadura. Servicio de Publicaciones.
- Fuentes, J. P. y Menayo, R. (2009). *Los golpes del tenis: de la iniciación al alto rendimiento*. Sevilla. Wanceulen Ed. Deportiva S. L.
- Fuentes, J. P. (2013). Variables didácticas en la enseñanza del tenis. En B. Sañudo (Ed.), *Tenis y mujer*. Barcelona: INDE.
- Fuentes, J. P., Muller, J. y Furlaneto, O. A. (2020). *Tenis, escuela e inclusión: Perspectiva socializadora y práctica*. Barcelona. INDE.
- García, J. A., Damas, J. S. y Fuentes, J. P. (2000). *Entrenamiento en balonmano, voleibol y tenis*. Badajoz, Instituto de Ciencias de la Educación de la universidad de Extremadura.
- Insa, F. (2023). Los secretos del pádel. Autoedición.
- Moyano-Vázquez, J.J. (2013). 1001 juegos y ejercicios de pádel. Sevilla. Wanceulen Ed. Deportiva S. L.
- Real Federación Española de Tenis e International Tennis Federation (2007) *Reglas del tenis*.
- Torres, G. (2013). Tenis. Ejercicios progresivos. Barcelona. Paidotribo
- Sánchez, M.J. (2009). Metodología del Pádel en la Educación Física Escolar. Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas, 23.
- Sánchez-Alcaraz, B.J. (2013). Táctica del pádel en la etapa de iniciación. Trances: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud, 5 (1), 109-116.
- Sánchez-Alcaraz, B.J., Courel-Ibáñez, J. (2016). Manual Docente. Deportes con implemento. Murcia. Editorial Diego Marín.
- Sanz, D. y Fuentes, J. P. (2009). Tênis em cadeira de rodas. En C. Balminotti (Coord.), *O ensino do tênis: novas perspectivas de aprendizagem* (pp. 250-266). Porto Alegre (Brasil): Artmed.
- Torres, G y Carrasco, L (Coords.) (2004). *Investigación en deportes de raqueta: tenis y bádminton*. Murcia. Universidad Católica de San Antonio.

Otra bibliografía recomendada

- Crespo, M. (1989) *Ejercicios para mejorar tu tenis: nivel iniciación y medio*. Madrid. Gymnos.
- International Tennis Federation (1993). Entrenamiento para niños y jóvenes. Londres. International Tennis Federation.
- Sanz, D. y otros (2004). *El tenis en la escuela*. Barcelona. Paidotribo.

DEPORTES DE LUCHA

- Amador Ramirez F. (1997). "El judo y las ciencias de la educación física y el deporte". Ed. Shee IVEF. Vitoria.
- Atencia Henares D (2000) "Deportes de Lucha". Ed. INDE. Barcelona.
- Castarlenas, Josep Ll. coor / Molina, J. Pere coor / Villamón, Miguel (2002) "El judo en la educación física escolar unidades didácticas ", Barcelona Hispano Europea
- Marwood, Des, (2000) "Judo iniciación y perfeccionamiento", Barcelona Paidotribo
- Torres Casado G (1990). "1000 ejercicios y juegos de actividades de lucha". Ed. Paidotribo. Barcelona.
- Villamon M (1999). "Introducción al judo". Ed. Hispano Europea. Barce

DEPORTES DE CICLISMO

- Algarra JL, Gorrotxategi A. (1996). *Ciclismo Total*. 1 "Fundamentos del ciclismo". Madrid. Gymnos.
- Algarra JL, Gorrotxategi A. (1996). *Ciclismo Total*. 2 "El rendimiento en el ciclismo". Madrid. Gymnos.
- Algarra JL, Gorrotxategi A. (1996). *Ciclismo Total*. 3 "La formación del ciclista". Madrid. Gymnos.
- Allen, H., A Coggan. (2010). "Training and racing with a power meter. Ed. Velo Press. Boulder (Colorado).
- Baker A. (2002). "Ciclismo Medicina del ciclismo". Ed Paidotribo Barcelona.
- Burke E. (2003). "High-Tech Cycling". Ed. Human Kinetics. Champaign. (Illinois).
- Burme, E.R. (2002). "Serious Cycling". Ed. Human Kinetics. Champaign. (Illinois).
- Doyle K & Schmit E. "Weight training for cyclists" (2008). Ed. Velo Press. Boulder (Colorado).
- Faria, E. W., D. L. Parker, et al. (2005). "The science of cycling: factors affecting performance - part 2." *Sports Med* 35(4): 313-37.
- Faria, E. W., D. L. Parker, et al. (2005). "The science of cycling: physiology and training - part 1." *Sports Med* 35(4): 285-312.
- Fernandez-Pena, E., F. Lucertini, et al. (2009). "Training with independent cranks Friel J. "The cyclist's Training Bible". (2009). Velo Press Boulder (Colorado).
- Jeukendrup A. "High Performance Cycling". (2002). Ed. Human Kinetics. Champaign. (Illinois).
- Jiménez F & Cols. (2009). "Fisiología y medicina del ciclismo I". Ed. Nexus Médica
- Sovndal, S. (2009). "Cycling anatomy". Ed. Human Kinetics. Champaign. (Illinois).

Otros recursos y materiales docentes complementarios

Campus Virtual de la UEX:

Se ha creado en el "Campus Virtual de la UEX": <http://campusvirtual.unex.es/> un "Espacio Virtual" para nuestra asignatura, denominado "Iniciación a los deportes de raqueta, de lucha y de ciclismo", con el fin de dar apoyo al alumnado a través de la colocación, en dicho espacio, de diferente material didáctico así como diversas informaciones, recomendaciones y herramientas útiles.

Enlaces de interés:

DEPORTES DE RAQUETA :

- www.atptennis.com
- [www.itftennis.com \(I-Coach\)](http://www.itftennis.com)
- [www.rfet.es \(e-Coach\)](http://www.rfet.es)
- www.tennis.net
- <http://www.padelfederacion.es>
- <https://www.fexpadel.es>
- www.diegomun.es
- <https://revista-padel.unex.es/index.php/padel>

DEPORTES DE LUCHA:

- www.infojudo.com
- www.rfejudo.com
- www.rfek.es
- www.fetaekwondo.net
- www.ijf.org
- www.kodokan.org
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

CICLISMO:

<https://campusvirtual.unex.es/portal/>
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>

Noticias e información de ciclismo

<http://www.biciclismo.es/>
<http://www.cyclingnews.com/>

Federaciones y clubes de ciclismo

<http://www.rfec.com/>
<http://www.ciclismoextremadura.org/>
<http://www.avanzamosciclismo.com/>

El programa de la asignatura “Iniciación a los deportes de raqueta, lucha y ciclismo” vincula las competencias marcadas en amarillo con los siguientes valores democráticos y ODS o Criterios de Sostenibilidad Integral:

- Objetivo 3. Salud y bienestar: CG2-CG9-CG10
- Objetivo 4. Educación de calidad: CB1-CB2-CB3-CB4-CB5-CG2-CG9-CG10-CG11-CT1-CT3-CT4-CT6-CE4-CR10-CE12-CE13-CE15
- Objetivo 5. Igualdad de género: CT3-CT7-CT8-CT9-CG9-CG11
- Objetivo 10. Reducir la desigualdad en y entre los países: CB3-CG9-CG11-CT3-CT8-CT9