



**UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA DE  
COAHUILA**



**FACULTAD DE  
CIENCIA, EDUCACIÓN  
Y HUMANIDADES**

**FORMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**

# **FUNDAMENTOS BÁSICOS DE LAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS**

# INTRODUCCIÓN A LA MATERIA

## PRESENTACIÓN DE LA MATERIA

La asignatura proporciona al estudiante los conocimientos introductorios sobre las principales disciplinas deportivas, abordando sus fundamentos técnicos, tácticos, normativos y pedagógicos. Se analizan los elementos esenciales que definen a cada deporte (reglas, habilidades, objetivos y estructura), así como los principios metodológicos para su enseñanza. A través de recursos digitales, análisis de video y diseño de situaciones de aprendizaje, el estudiante construirá una base teórico-práctica que le permita intervenir posteriormente en procesos de enseñanza, entrenamiento o gestión deportiva.

## OBJETIVO DE LA MATERIA

Proporcionar al estudiante una comprensión integral de los fundamentos básicos técnicos, tácticos y reglamentarios de diversas disciplinas deportivas, así como de sus principios metodológicos de enseñanza, permitiéndole desarrollar propuestas pedagógicas iniciales en contextos escolares, formativos y comunitarios.

## OBJETIVOS PARTICULARES DEL CURSO

### Objetivos Conceptuales

#### (Aprender a aprender)

- Identificar las características esenciales (reglas, estructura, objetivos) de diferentes disciplinas deportivas.
- Reconocer los fundamentos técnicos y tácticos básicos que estructuran la práctica de deportes individuales y colectivos.
- Comprender los principios didácticos y metodológicos para la enseñanza progresiva del deporte.

### **Objetivos Procedimentales (aprender a hacer)**

- Diseñar situaciones de enseñanza para la iniciación deportiva.
- Analizar videos deportivos para identificar gestos técnicos, errores comunes y momentos tácticos.
- Elaborar fichas técnicas de deportes que integren reglas, fases del juego, elementos técnicos y criterios de evaluación.

### **Objetivos Actitudinales y Valorativos (aprender a convivir y a ser)**

- Valorar la diversidad deportiva como un medio para el desarrollo integral de la persona.
- Fomentar el respeto, la inclusión y el juego limpio en el análisis y diseño de actividades deportivas.
- Mostrar disposición para el trabajo colaborativo, la observación crítica y la mejora continua en la intervención pedagógica.

## **CONTENIDO TEMÁTICO**

### **Unidad I: Introducción a las disciplinas deportivas**

- Clasificación de deportes: individuales, colectivos, de combate, de raqueta, acuáticos, entre otros
- Elementos estructurales: reglas, terreno de juego, puntuación, roles
- El deporte en la educación física, la cultura y la sociedad
- Juego motor vs. deporte reglado
- Principios del aprendizaje motor aplicados a la iniciación deportiva

### **Unidad II: Fundamentos técnicos y tácticos básicos**

- Gestos técnicos fundamentales: desplazamientos, lanzamientos, recepciones, giros, golpes
- Tácticas básicas ofensivas y defensivas

- Adaptación de técnicas a diferentes edades o niveles
- Observación y análisis de errores comunes
- Ejercicios para el desarrollo técnico y táctico inicial

### **Unidad III: Reglamentación y estructura organizativa del deporte**

- Reglamentos básicos de deportes seleccionados
- Categorías por edad, género y niveles de competencia
- Árbitros, jueces y oficiales: funciones básicas
- Tipos de competencia: torneo, liga, eliminatoria
- Normas de seguridad y ética en la organización del deporte

### **Unidad IV: Metodología de la enseñanza deportiva**

- Métodos activos y pedagógicos aplicados al deporte (global, analítico, mixto)
- Diseño de sesiones deportivas: objetivos, fases, evaluación
- Estrategias de iniciación lúdica
- Adaptaciones para inclusión y diversidad
- Evaluación formativa en contextos deportivos escolares y comunitarios

## **EVALUACIÓN GENERAL**

Para reportar tu *calificación* final obtenida de la suma de porcentajes de unidad, deberás haber cumplido de forma obligatoria con la realización o entrega de lo siguiente:

- Desarrollo de las lecciones.
- Responder a todos los cuestionarios de evaluación por unidad.
- Realizar y entregar dentro del tiempo establecido el Proyecto Final.
- Responder a la Evaluación Final.

La falta de cualquiera de estos requerimientos causará la **no** acreditación del curso.

En caso de **no** acreditar el curso en periodo ordinario con una calificación igual o mayor a **70**, tendrás que presentar una evaluación extraordinaria integrada por un examen de conocimiento y un proyecto, dando como total el 100% de la calificación del curso; en caso de no obtener una calificación aprobatoria, tendrás que inscribirte para recurrar la materia.

**RECUERDA QUE LA CALIFICACIÓN MÍNIMA APROBATORIA ES 70.**

<b>Evaluación</b>	<b>Puntos</b>
<b>Unidad 1</b>	20 puntos
<b>Unidad 2</b>	15 puntos
<b>Unidad 3</b>	15 puntos
<b>Unidad 4</b>	20 puntos
<b>Proyecto final</b>	15 puntos
<b>Evaluación final</b>	15 puntos
<b>Total:</b>	<b>100 puntos</b>

## **PROYECTO FINAL**

El estudiante diseñará un programa deportivo dirigido a un grupo específico (niños, adolescentes o comunidad), integrando metodologías activas, estrategias lúdicas, inclusión, adaptación y evaluación formativa.

### **Objetivo**

Diseñar y justificar un programa deportivo que promueva el aprendizaje significativo, la participación de todos y el desarrollo integral mediante actividades físicas estructuradas.

- **Diagnóstico del grupo**

- Edad

- Nivel de habilidad

- Contexto (escolar o comunitario)

- Necesidades (inclusión, diversidad, etc.)

- **Objetivos del programa**
  - General
  - Específicos (mínimo 3)
  
- **Diseño de sesiones (mínimo 3)**
  - Cada sesión debe incluir:
    - Objetivo
    - Fase inicial (calentamiento)
    - Fase principal (actividad lúdica)
    - Fase final (vuelta a la calma)
  
- **Estrategias lúdicas**
  - Juegos aplicados
  - Dinámicas de participación
  - Justificación pedagógica
  
- **Adaptaciones e inclusión**
  - Ajustes para diferentes niveles
  - Modificaciones de reglas o materiales
  - Estrategias para integrar a todos
  
- **Evaluación formativa**
  - Instrumentos (lista de cotejo, observación, rúbrica)
  - Indicadores de logro
  - Retroalimentación
  
- **Justificación**
  - Explicar por qué el programa es importante y cómo contribuye al desarrollo integral.

## Lista de cotejo

No.	Criterio a evaluar	Puntaje
1	Presenta diagnóstico y objetivos claros del programa.	Requisito
2	Diseño adecuado de sesiones (fases: inicio, desarrollo y cierre). Incluye 3 como mínimo.	Requisito
3	Uso de estrategias lúdicas en las actividades.	Requisito
4	Considera adaptaciones e inclusión.	Requisito
5	Aplica evaluación formativa (instrumentos y retroalimentación).	Requisito
6	Se presenta el documento en Word y realiza la presentación, organización y claridad del trabajo en Prezi, completa con todos los criterios anteriores señalados.	15 puntos
	<b>Total:</b>	<b>15 puntos</b>

Envíala a través de la Plataforma Virtual.  
Recuerda que el archivo debe ser nombrado:  
Apellido Paterno\_PrimerNombre\_proyecto final

## BIBLIOGRAFÍA

- Blázquez, D. (2017). La iniciación deportiva y su didáctica. INDE.
- Devís, J., & Peiró, C. (2011). La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI. Editorial Miño y Dávila.
- Gómez, A., & Castejón, F. (2018). Técnica y táctica en los deportes colectivos. INDE.
- Hernández Moreno, J. (2000). Teoría y práctica del entrenamiento deportivo. Paidotribo.
- Oña, A., Bilbao, A., & Ureña, N. (2015). Fundamentos de la enseñanza de los deportes. Síntesis.
- Ortega, E., & Palao, J. M. (2017). Didáctica de los deportes colectivos. Wanceulen.
- Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad: Léxico de praxiología motriz. Paidotribo.