

ENSENYAMENTS D'ESPORTS

Modalitat

atletisme

ENSENYAMENTS D'ESPORTS

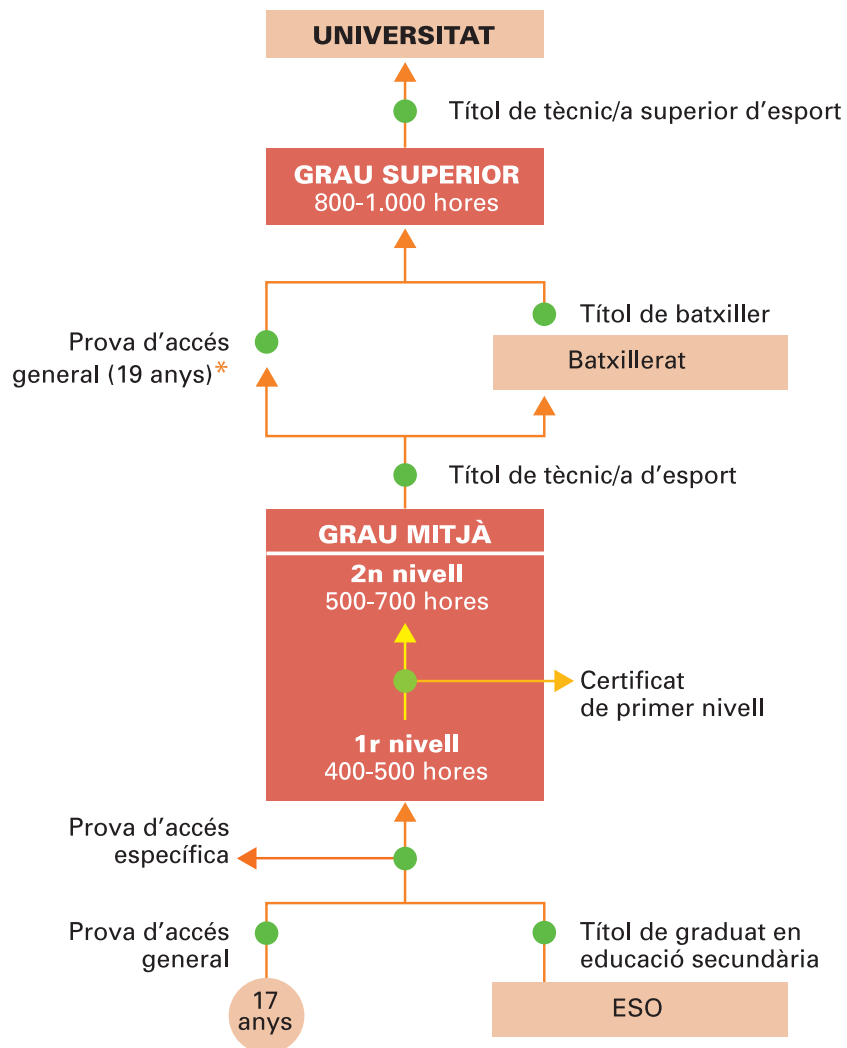
Esquema de les titulacions de tècnics d'esport i tècnics superiors d'esport	4
Esquema de la modalitat d'atletisme	5
Competència i sortides professionals	6
Crèdits i durada de les titulacions de tècnics d'esport de l'especialitat d'atletisme	7
1r nivell d'atletisme	7
2n nivell d'atletisme	8
Prova específica d'accés als ensenyaments de règim especial d'esports de l'especialitat d'atletisme	9
Prova específica d'accés al 1r nivell d'atletisme	9
Centres on s'imparteix l'especialitat d'atletisme	11
Més informació	11

© Generalitat de Catalunya
Departament d'Educació

Edició: Servei de Difusió i Publicacions
Disseny: Ydea
1a edició: març de 2007
Tiratge: 3.000 exemplars
Impressió: Gràfiques l'Empordà, SL
Dipòsit legal: B-16648-2007



Esquema de les titulacions de tècnics d'esport i tècnics superiors d'esport



* També es podrà realitzar la prova general d'accés amb 18 anys si es disposa del títol de tècnic/a corresponent.

Esquema de la modalitat d'atletisme



Competència i sortides professionals

1r nivell d'atletisme

El certificat de primer nivell d'atletisme acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- la iniciació a les tècniques de les especialitats atlètiques,
- la direcció d'atletes en competicions de categories inferiors,
- la promoció de la modalitat esportiva.

2n nivell d'atletisme

El títol de tècnic/a d'esport en atletisme acredita que la persona posseeix les competències necessàries per realitzar:

- la programació d'activitats d'ensenyament i pràctica de l'atletisme,
- l'entrenament d'atletes de categories cadets i juvenils,
- la direcció d'atletes en competicions.

Els diferents tipus d'entitats o empreses on poden desenvolupar les seves funcions són:

- escoles i centres d'iniciació esportiva
- clubs i associacions esportives
- federacions d'atletisme
- patronats esportius
- empreses de serveis esportius
- centres escolars (activitats extracurriculars)

Crèdits i durada de les titulacions de tècnics d'esport de l'especialitat d'atletisme

1r nivell d'atletisme

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
Bloc comú			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport I	20		20
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament I	25		25
Entrenament esportiu I	20	10	30
Fonaments sociològics de l'esport	5		5
Organització i legislació de l'esport I	5		5
Primers auxilis i higiene en l'esport	25	10	35
Nombre total d'hores d'aquest bloc	100	20	120
Bloc específic			
Desenvolupament professional I	10		10
Formació tècnica de l'atletisme	50	125	175
Reglament de les especialitats atlètiques I	10	10	20
Seguretat esportiva	5	5	10
Nombre total d'hores d'aquest bloc	75	140	215
Bloc complementari			
Terminologia específica catalana	5		5
Fonaments de l'esport adaptat	10		10
Nombre total d'hores d'aquest bloc	15		15
Nombre d'hores del bloc de formació pràctica			150
Durada del curs de 1r nivell d'atletisme			500

2n nivell d'atletisme

CRÈDITS	HORES TEÒRIQUES	HORES PRÀCTIQUES	HORES TOTALS
Bloc comú			
Bases anatòmiques i fisiològiques de l'esport II	40		40
Bases psicopedagògiques de l'ensenyament i l'entrenament II	45		45
Entrenament esportiu II	30	10	40
Organització i legislació de l'esport II	5		5
Teoria i sociologia de l'esport	20		20
Nombre total d'hores d'aquest bloc	140	10	150
Bloc específic			
Desenvolupament professional II	15		15
Formació tècnica i metodologia de l'ensenyament de les curses i la marxa I	25	35	60
Formació tècnica i metodologia dels llançaments i les proves combinades	25	35	60
Formació tècnica i metodologia dels salts	25	35	60
Metodologia de l'entrenament de les especialitats atlètiques	10		10
Reglament de les especialitats atlètiques II	10	5	15
Nombre total d'hores d'aquest bloc	110	110	220
Bloc complementari			
Terminologia específica estrangera	10		10
Equipaments esportius	10		10
Informàtica bàsica aplicada	10		10
Nombre total d'hores d'aquest bloc	30		30
Nombre d'hores del bloc de formació pràctica			200
Durada del curs de 2n nivell d'atletisme			600

Prova específica d'accés als ensenyaments de règim especial d'esports de l'especialitat d'atletisme

Prova específica d'accés al 1r nivell d'atletisme

Primera part

Objectiu

Valorar la condició física.

Exercici	Valoració	Criteri	
		Homes	Dones
1. Recorregut de 50 metres: recórrer una distància de 50 metres, en un terreny pla, regular i de traçat recte	Velocitat de translació	8,0 s	9,5 s
2. Saltar endavant, des d'una posició estàtica amb els peus junts	Potència dels músculs extensors de les extremitats inferiors	1,90 m	1,70 m
3. Llançament de pilota medicinal per sobre del cap i endavant. El pes de la pilota medicinal serà de 4 kg per als homes i de 2 kg per a les dones	Potència muscular general	6,0 m	6,0 m

Segona part

Objectiu

Valorar les destreses específiques.

Tasques

L'aspirant ha de recórrer, en el mínim temps possible, sobre un terreny pla, regular i de traçat recte, una distància de 40 metres esglaonada amb tres tanques.

Característiques del recorregut:

- Alçada de les tanques: 0,84 m (homes) - 0,76 m (dones)
- Distància des de la línia de sortida fins a la primera tanca: 13 m (homes) - 12 m (dones)

- Distància entre tanques: 8 m (homes) - 7 m (dones)
- Distància des de l'última tanca fins a l'arribada: 11 m (homes) - 14 m (dones)
- Tipus de sortida: de tacs o dempeus
- Nombre de passes que cal fer entre cada tanca: 3 passes

Valoració

S'observa que l'aspirant:

- Manté l'actitud i l'equilibri.
- Coordina la tècnica, el ritme i la velocitat segmentària.

Centres on s'imparteix l'especialitat d'atletisme

Centres públics

EFTE Escola Catalana de l'Esport

C. de Sant Mateu, s/n
08950 Esplugues de Llobregat
(Baix Llobregat)
Tel. 934 804 905

Més informació

Departament d'Educació

Direcció General d'Ensenyaments Professionals,
Artístics i Especialitzats

Via Augusta, 202
Tel. 934 006 900
08021 Barcelona

Adreces electròniques

www.gencat.net/educacio
www.xtec.cat/fp