

UNIDAD DE COMPETENCIA

Concretar, dirigir y dinamizar sesiones secuenciadas de iniciación deportiva en atletismo

Nivel: 2
Código: UC2270_2
Estado: BOE

Realizaciones profesionales y criterios de realización

RP1: Concretar y desarrollar las sesiones secuenciadas de un programa de iniciación deportiva en atletismo, adaptándolas a las características, necesidades y expectativas de los deportistas, siguiendo la programación de referencia, atendiendo a criterios de accesibilidad y observando las medidas de prevención de riesgos, para adaptar el trabajo a los ciclos operativos.

CR1.1 La programación de referencia de iniciación deportiva en atletismo se interpreta diferenciando los siguientes elementos que lo componen:

- Los objetivos generales, los ciclos temporales o subperiodos que lo estructuran y la distribución temporal de los objetivos de aprendizaje estableciendo su interdependencia.
- Los ejercicios y actividades propuestas su asignación en función de los objetivos.
- Las estrategias metodológicas específicas.
- La topología y características de la instalación.
- Los recursos humanos y medios materiales.
- Las ayudas y actividades de refuerzo previstas para atender las contingencias, necesidades de los participantes y limitaciones en el ámbito de su autonomía personal.
- Los aspectos de riesgo potencial dentro de la configuración de los ejercicios por la práctica y ejecución, medios materiales utilizados e instalación, así como los errores y la forma de prevenirlos.

CR1.2 Las características físicas, motoras, técnicas y motivacionales de los deportistas, de la instalación y de los recursos disponibles expresados en la programación de referencia de iniciación deportiva en atletismo se verifican, detectando y cuantificando las desviaciones y diferencias significativas con la realidad para corregirlas y tenerlas en cuenta para programas posteriores.

CR1.3 Las sesiones que componen un ciclo operativo de la programación de referencia de iniciación deportiva en atletismo se especifican en función de la información actualizada disponible, explicando para cada una de ellas:

- La ubicación temporal en el ciclo operativo al que corresponde por la carga de trabajo que expresa.
- La estructura de cada sesión y su distribución temporal entre el calentamiento, núcleo y vuelta a la calma.
- Los ejercicios y actividades que se utilizan, siguiendo la programación de referencia.
- Las actividades relacionadas con la modalidad de carreras y marcha.
- Las actividades relacionadas con la modalidad de saltos.
- Las actividades relacionadas con la modalidad de lanzamientos.
- Las estrategias metodológicas y su relación con las actividades de trabajo.
- La topología, accesibilidad y características de la instalación.

- Los recursos y medios materiales a utilizar en la sesión.
- Las ayudas, pautas de relación y comunicación.

CR1.4 Las actividades de seguimiento se ubican cronológicamente, concretando los instrumentos de valoración para que se pueda comprobar el grado de consecución de los objetivos previstos en la programación de referencia.

RP2: Revisar la instalación y los medios materiales para realizar las operaciones auxiliares de mantenimiento y reparación que permitan su operatividad durante el desarrollo de las sesiones de iniciación deportiva en atletismo, siguiendo la programación de referencia, atendiendo a criterios de accesibilidad y observando las medidas de prevención de riesgos.

CR2.1 Las instalaciones se revisan antes de su utilización, comprobando su operatividad, accesibilidad y adaptación a las características individuales de los participantes, identificando los peligros y proponiendo medidas para su prevención.

CR2.2 La valoración de los riesgos laborales se estima según el protocolo y guía para la acción preventiva de la entidad, identificándolos e informando de los resultados al departamento o persona responsable para que sean minimizados dentro de los márgenes tolerables.

CR2.3 Los medios de comunicación de incidencias se comprueban, verificando que están operativos y accesibles para poder solicitar ayuda inmediata en caso de producirse alguna situación de emergencia.

CR2.4 Los medios materiales y de apoyo para realizar las actividades de una sesión de trabajo de iniciación deportiva en atletismo:

- Se identifican y revisan comprobando que están en las condiciones de uso previstas.
- Se colocan y distribuyen, para su disponibilidad antes del comienzo de cada sesión.
- Se recogen y guardan, en los lugares indicados asegurando su conservación y seguridad.
- Se reparan, efectuando su mantenimiento operativo.

CR2.5 La hoja de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias se cumplimenta y se entrega al departamento o persona responsable, para su control y gestión.

CR2.6 Las incidencias, fallos y desperfectos de instalaciones y medios materiales encontrados, susceptibles de reparación inmediata, se resuelven in situ, para asegurar la disponibilidad de uso.

RP3: Dirigir y dinamizar sesiones de iniciación deportiva en atletismo, atendiendo a la programación de referencia y las medidas de prevención de riesgos, aplicando las estrategias metodológicas y utilizando los medios materiales para conseguir el desarrollo de la actividad prevista.

CR3.1 Las características, necesidades, objetivos y expectativas de los deportistas de iniciación deportiva en atletismo en relación con las actividades se identifican y atienden, comprobando que la vestimenta y materiales personales se encuentran en condiciones de uso para el desarrollo de la actividad y atendiendo a criterios de accesibilidad.

CR3.2 La distribución temporal y la secuenciación de las actividades de iniciación deportiva programadas se aplican siguiendo la programación de referencia, dinamizando las actividades positivamente durante el proceso.

CR3.3 El contenido de las sesiones se explica al deportista, para informarle, entre otros aspectos, sobre:

- La indumentaria personal.
- La utilización del material y de los equipos.
- Las tareas a realizar y su finalidad.

- Las condiciones de seguridad.

CR3.4 La realización de los ejercicios y la utilización de los medios materiales se explican identificando los posibles errores de ejecución, utilizando los soportes y medios de refuerzo informativo para dirigir y corregir al deportista, garantizando que las indicaciones son comprendidas.

CR3.5 La comunicación con el deportista de iniciación deportiva en atletismo se adapta a sus posibilidades de percepción e interpretación para mantener una relación positiva con el mismo y asegurar la comprensión del ejercicio.

CR3.6 La ubicación del técnico durante toda la actividad se determina permitiendo controlar visualmente al deportista y/o grupo y dar instrucciones, para conseguir:

- La comprensión de sus explicaciones.
- La seguridad de la actividad, anticipándose a las posibles contingencias.
- La eficiencia en sus intervenciones.
- Captar el interés hacia las actividades.
- Favorecer la motivación y participación.

CR3.7 Las actividades alternativas y competiciones de menores (jugando al atletismo, divirtiéndose con el atletismo) del programa de trabajo establecido en la programación de referencia se determinan para solucionar las situaciones imprevistas y la falta de adaptación del deportista.

CR3.8 La relación intragrupal durante la actividad se controla, promoviendo la cordialidad y desinhibición en el grupo y corrigiendo las conductas que pueden alterar el desarrollo del trabajo previsto, para garantizar la participación del grupo y la eficacia de la actividad.

RP4: Ejecutar los procedimientos de seguimiento y valoración de las actividades de iniciación deportiva en atletismo conforme a la programación de referencia para cumplir con los objetivos previstos.

CR4.1 Las técnicas e instrumentos de seguimiento y valoración se identifican y aplican conforme a la metodología expresada en la programación de referencia en función de las características de los deportistas, registrando las incidencias y dificultades derivadas de su aplicación, para obtener información acerca del desarrollo y de la adecuación de la actividad.

CR4.2 La información obtenida con las técnicas e instrumentos según la programación de referencia recibe el tratamiento sistemático y objetivo de cálculo y registro para comparar entre los objetivos, los previstos y los finalmente alcanzados.

CR4.3 Los datos obtenidos de los controles se transmiten en la fecha, modelo de recogida y registro de datos y soporte físico y/o informático previstos en la programación de referencia, para retroalimentar el proceso.

Contexto profesional

Medios de producción

Pista de atletismo con fosos de saltos, artefactos, ría de obstáculos, círculos y jaula de lanzamiento (disco y martillo), pasillo de lanzamiento de jabalina. Sistema de protección de datos. Materiales específicos: calzado deportivo de atletismo, ropa deportiva. Vallas y tacos de salida, testigos de relevos, pértigas, saltómetros y listones de altura y pértiga, listones de salto. Artefactos de lanzamiento. Cintas métricas. Materiales de señalización y otros. Materiales auxiliares: esterillas, conos, picas y otros. Protocolos de seguridad.

Productos y resultados

Concreción y desarrollo de sesiones secuenciadas de un programa de iniciación en atletismo. Revisión de la instalación, los medios materiales y su operatividad en sesiones de iniciación deportiva en atletismo. Seguimiento y valoración de las actividades de iniciación deportiva en atletismo.

Información utilizada o generada

Programas de iniciación deportiva en atletismo y sus modalidades. Manuales de iniciación al entrenamiento. Manuales de iniciación deportiva en atletismo. Videos de modelos técnicos. Revistas y libros especializados en cualquier formato. Reglamento del atletismo. Guías y normativa para la acción preventiva. Documentación técnica de equipos y medios materiales. Programación general de referencia. Fichas de las sesiones. Ficha de control de mantenimiento. Normativa aplicable.