

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: TIRO CON ARCO

CRÉDITOS: 4,5

CURSOS EN LOS QUE SE IMPARTE: 1º - 2º

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: LIBRE ELECCIÓN

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

Esta asignatura pretende transmitir los aspectos básicos del tiro con arco que permitan al Licenciado en Educación Física enseñar en los niveles de iniciación al mismo. El enfoque de la asignatura es eminentemente práctico y trata de mostrar y practicar los principales sistemas de enseñanza del tiro con arco que se aplican en el nivel de iniciación, con especial atención al sistema utilizado por la Federación Madrileña de Tiro con Arco.

La duración total del curso es de 60 horas aproximadamente (se incluye la participación en una competición oficial de tiro con arco). De este tiempo, el 80% serán clases prácticas y el 20% restante clases teóricas.

BLOQUES A DESARROLLAR:

1. Historia, modalidades, equipamiento y tipos de instalaciones
2. Consideraciones generales sobre el tiro con arco
3. Análisis de los diferentes aspectos del tiro con arco
 - ? Técnica
 - ? Táctica
 - ? Preparación Física
 - ? Psicología
4. Métodos de enseñanza para iniciación
5. Didáctica de la enseñanza del Tiro con Arco
6. Niveles de enseñanza
7. Reglamento, organización y participación en un campeonato de tiro con arco (opcional)

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

- ? Formar estudiantes de Educación Física, para que una vez terminados sus estudios, puedan desarrollar su labor profesional en los diferentes niveles del tiro con arco.
- ? Conocer y mejorar la técnica de tiro con arco
- ? Conocer las diferentes modalidades de tiro con arco así como su equipamiento e instalaciones
- ? Conocer la evolución del tiro con arco y su reglamentación actual.
- ? Conocer los métodos de enseñanza de iniciación al tiro con arco
- ? Conocer la metodología necesaria para enseñar la ejecución de los distintos elementos técnicos del tiro.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN BLOQUES DIDÁCTICOS:

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 1^{er} BLOQUE. Historia, modalidades, equipamiento y tipos de instalaciones

- ? Conocer la evolución histórica del tiro con arco
- ? Conocer las características de las distintas modalidades del tiro con arco
- ? Conocer las características del equipamiento de tiro y su regulación
- ? Conocer las diferentes instalaciones para la práctica de las diferentes modalidades.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 1

- TEMA 1. Evolución histórica
- TEMA 2. Tiro Olímpico
- TEMA 3. Recorrido de Bosque
- TEMA 4. Tiro Instintivo
- TEMA 5. Tiro de Distancia
- TEMA 6. Tiros tradicionales
 - o Tiro a Caballo
 - o Arco Coreano
 - o Arco Japonés
 - o Arco Ingles
- TEMA 7. Tipos de arcos
- TEMA 8. El material de Arquería
- TEMA 9. Regulación del material
- TEMA 8. Instalaciones, requisitos reglamentarios.

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 2^o BLOQUE. Consideraciones generales sobre el tiro con arco

- ? Conocer las reglas de seguridad en el tiro con arco
- ? Conocer los diferentes enfoques del practicante de tiro con arco
 - o Lúdico
 - o De relación
 - o Competitivo
 - o Contacto con la Naturaleza
- ? Conocer la terminología específica del tiro con arco
- ? Conocer los fundamentos de la técnica.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 2

- TEMA 1. La seguridad en el tiro con arco
- TEMA 2. Las habilidades del arquero
- TEMA 3. Glosario de términos
- TEMA 4. Distintos enfoques en la enseñanza del tiro con arco
- TEMA 5. La importancia de ser diestro o zurdo
- TEMA 6. Física del tiro. Acción-Reacción

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 3^{er} BLOQUE. Análisis de los diferentes aspectos del tiro con arco

- ? Conocer los fundamentos de la técnica del tiro con arco
- ? Conocer los fundamentos de la táctica del tiro con arco
- ? Conocer los fundamentos de la preparación física del tiro con arco
- ? Conocer los fundamentos de la psicología del tiro con arco

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 3

- TEMA 1. Posición inicial
- TEMA 2. El arco en las manos (no agarre)
- TEMA 3. Apertura, anclaje, suelta y finalización.
- TEMA 4. La alineación.
- TEMA 5. La táctica en el tiro con arco.
 - o Tiro por equipos.
- TEMA 6. El calentamiento
- TEMA 7. Cualidades físicas del tirador
- TEMA 8. Psicología de la iniciación
- TEMA 9. Entrenamiento mental básico

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 4^o BLOQUE. Métodos de enseñanza para iniciación

- ? Conocer los distintos métodos de enseñanza en tiro con arco
- ? Conocer la colocación del entrenador y organización del grupo
- ? Conocer las técnicas de explicación, demostración, práctica y corrección

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 4

- TEMA 1. El método analítico. Global con atención focalizada y Global
- TEMA 2. La organización de los grupos
- TEMA 3. La colocación del entrenador durante la practica y la demostración
- TEMA 4. Las explicaciones en tiro con arco.

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 5º BLOQUE. Didáctica de la enseñanza del Tiro con Arco

- ? Aprender la didáctica relacionada con los niveles de iniciación del tiro con arco
- ? Aprender los contenidos técnicos básicos de la iniciación del tiro con arco
- ? Aprender a detectar y corregir los errores de ejecución técnica

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 5

- TEMA 1. Eficacia vs tiempo
- TEMA 2. Problemas comunes en la enseñanza del tiro con arco
- TEMA 3. Orientación didáctica
 - o Presentación de las tareas
 - o Práctica
 - o Corrección
- TEMA 4. Proceso de enseñanza
 - o Explicación
 - o Demostración
 - o Práctica
 - o Corrección
- TEMA 5. Evaluación
- TEMA 6. Estilos de enseñanza
 - o Transmisores
 - o Participativos
 - o Individualizados
 - o Cognitivos
- TEMA 7. Previsión de la práctica docente
- TEMA 8. Organización de grupos. Niveles
- TEMA 9. Motivación
 - o Trato personal agradable
 - o Lenguaje
 - o Gestos
 - o Refuerzos positivos
 - o Progresiones adecuadas
- TEMA 10. Aspectos formales
 - o Aspecto físico
 - o Puntualidad
 - o Educación
- TEMA 11. Seguridad y Primeros Auxilios
 - o Disciplina y orden
 - o Normas de actuación en caso de accidente

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 6º BLOQUE. Niveles de enseñanza

- Aprender a diferenciar los diferentes niveles de práctica del tirador para poder aplicar progresiones acorde con el nivel
- Conocer los diferentes criterios para establecer grupos
- Iniciación a la programación de niveles de iniciación
- Ser capaz de adaptar la enseñanza a personas con diferentes grados de minusvalías.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 6

- TEMA 1. Etapas
 - o Juegos adaptados
 - o Iniciación
 - o Perfeccionamiento
 - o Competición
- TEMA 2. Programación de las etapas
 - o Características
 - o Contenidos
 - o Objetivos
 - o Progresiones
 - o Correcciones
- TEMA 3. La enseñanza con grupos
- TEMA 4. El trabajo individual
- TEMA 5. El arquero con minusvalías
 - o Minusvalía física
 - o Minusvalía sensorial
 - o Minusvalía mental

- OBJETIVOS ESPECIFICOS DEL 7º BLOQUE. Reglamento, organización y participación en un campeonato de tiro con arco (opcional)

- Conocer la reglamentación básica del tiro con arco
- Conocer las diferentes estamentos que intervienen en una competición
 - o Jueces
 - o Organización
 - o Jurado de apelación
 - o Tiradores
- Participar en una competición

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS BLOQUE 7.

- TEMA 1. Reglamento FITA
- TEMA 2. La labor de los jueces
- TEMA 3. La organización de un evento de Tiro con Arco
- TEMA 4. Participar en una competición.

EVALUACIÓN

- **TIPO DE EVALUACIÓN**
 - **EXAMEN TEÓRICO.** Examen tipo test de todos los contenidos de la asignatura
 - **EXAMEN PRÁCTICO.** En el se pedirá una correcta explicación y demostración de los gestos técnicos.
 - **TRABAJO TEÓRICO.** Elaboración de un proyecto de escuela de tiro con arco
 - **TABAJO PRÁCTICO.** Programación y ejecución de una sesión de tiro con arco para nivel de iniciación, donde se evaluará la correcta organización de la clase, las progresiones establecidas, las correcciones realizadas y las innovaciones presentadas.

- **ASISTENCIA Y CONTROL**
 - La asistencia es obligatoria y diariamente se pasará lista anotando las faltas
 - Se establece un máximo del 10 % de faltas de asistencia, estableciéndose sistemas de recuperación de las mismas

- **CRITERIOS DE CALIFICACIÓN**
 - Superar con calificación positiva el examen práctico es requisito indispensable para que se puedan sumar el resto de los tipos de evaluación
 - La calificación final se establece por la suma de las calificaciones de los diferentes exámenes ponderados de acuerdo al siguiente porcentaje
 - ✍ 40% del examen práctico
 - ✍ 20% del examen teórico
 - ✍ 20% del trabajo teórico
 - ✍ 20% del trabajo práctico

Bibliografía

Libros en castellano

TITULO: **Tiro con Arco**
SUBTITULO: **Técnica, mecánica y planificación del entrenamiento**
AUTOR: **Eduardo Jiménez Álvarez**
EDITORIAL: **Esteban Sanz Martínez**
AÑO: **1988**

TITULO: **El Tiro con Arco**
SUBTITULO: **Biblioteca de los símbolos**
AUTOR: **Ananda K. Coomaraswamy**
EDITORIAL: **Ediciones Obelisco. Barcelona**
AÑO: **1991**

TITULO: **Tiro con Arco de competición**
SUBTITULO: **Arco recurvado**
AUTOR: **Tomas Cerra**
EDITORIAL: **Signo Gráfico**
AÑO: **1995**

TITULO: **Manual de Tiro con Arco**
SUBTITULO:
AUTOR: **José Luís del Villar Galán**
EDITORIAL: **Universidad de Salamanca / Servicio de Ed. Física y Deportes**
AÑO: **1996**

TITULO: **Manual de Tiro con Arco**
SUBTITULO: **Tiro con Arco olímpico – Torneos de caza**
AUTOR: **Kathleen m. Haywod / Catherine F. Lewis**
EDITORIAL:
AÑO:

TITULO: **La arquería y el desafío de la caza con arco**
SUBTITULO:
AUTOR: **Javier Sintés Pelaz**
EDITORIAL: **Agualarga**
AÑO: **1994**

TITULO: **Zen en el arte del tiro con arco**
SUBTITULO:
AUTOR: **Eugen Herrigel**
EDITORIAL: **Kiev SA – Buenos Aires**
AÑO: **1993**

Libros en ingles

TITULO: **Archery anatomy**
SUBTITULO: **Una introducción a la técnica para una mejora del rendimiento**
AUTOR: **Ray Axford**
EDITORIAL: **Souvenir Press - London**
AÑO: **1995**

TITULO: **Archery**
SUBTITULO: **Step to succes**
AUTOR: **Kathleen m. Haywod / Catherine F. Lewis**
EDITORIAL: **Human Kinetics - USA**
AÑO: **1997**

TITULO: **The Simple Art of Winning**
SUBTITULO: **How to shoot your best**
AUTOR: **Rick Mckinney**
EDITORIAL: **Tokio Shoseki Insatsu Co. Ltd**
AÑO: **1996**

TITULO: **The Third Invention**
SUBTITULO: **How the Bow & Arroz Made History**
AUTOR: **Steve Hayes**
EDITORIAL: **Underwood Miller**
AÑO: **1990**

REVISTAS

TITULO: **Archery Focus en Español**
SUBTITULO:
AUTOR: **Juan Carlos Holgado (Director)**
WEB: **<http://www.archeryfocusesp.com>**
AÑO

TITULO: **the glade (GBR)**
SUBTITULO:
EDITOR: **Ted bradford**
WEB: **www.theglade.co.uk**
AÑO