



IAD

PROGRAMA DE
FORMACIÓN
CONTINUA **24**

Aprender es tu meta

Área
2

Actividad Física y Salud
202425

El atletismo como referente
en el deporte andaluz.
Entrenabilidad en diferentes
grupos de población



Junta de Andalucía
Consejería de Cultura y Deporte



**Instituto Andaluz
del Deporte**

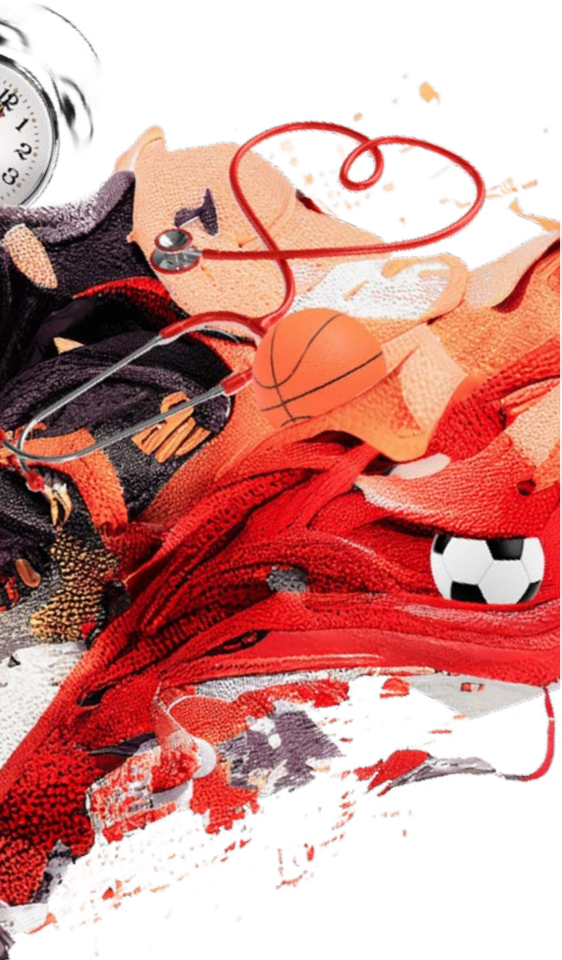


PRESENTACIÓN

Este taller pretende dar una visión innovadora e integradora del atletismo como deporte referente en Andalucía. Así mismo pretende dar a conocer las sinergias y características más importantes de algunas de sus diferentes disciplinas y sectores, con las que generar algunas propuestas de entrenamiento para diferentes grupos de población, asociadas a la promoción de la salud, que a su vez puede dar respuesta a los diferentes retos o prácticas demandadas por parte de la sociedad como es la competición, ocio, envejecimiento activo y otros tipos de casuísticas planteadas.

OBJETIVOS

- Promover el atletismo y alguna de sus disciplinas más inclusivas como la marcha atlética, herramienta para el bienestar y la integración social en Andalucía.
- Desarrollar programas de entrenamiento inclusivos y personalizados para diferentes grupos demográficos.
- Explorar los principios básicos del entrenamiento del atletismo adaptado a distintas poblaciones integrando aspectos que proceden de las diferentes disciplinas de este deporte ancestral.





ÁREA 2
202425

ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

El atletismo como referente en el deporte andaluz. Entrenabilidad en diferentes grupos de población


ÁREA II - ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

202425 El atletismo como referente en el deporte andaluz. Entrenabilidad en diferentes grupos de población

② **ÁREA TEMÁTICA** Actividad Física y Salud

 **TIPOLOGÍA** Taller

 **MODALIDAD** Presencial

 **CÓDIGO** 202425

 **NÚMERO DE PLAZAS** 50

 **FECHA** 30 y 31 de octubre de 2024

 **LUGAR** Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada

 **DURACIÓN** 15 horas

 **PRECIO PÚBLICO** Gratuito

 **INSCRIPCIONES**

Hasta el 30 de septiembre de 2024 inclusive

 **DESTINATARIOS**

- Técnicos Deportivos en Atletismo (ciclo superior, final e inicial)
- Graduado o licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Técnico superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas (TSAAFD).
- Técnico superior en Enseñanza y Animación Sociodeportiva (TSEAS).
- Técnico superior en Acondicionamiento Físico (TSAF).

 **DIRECCIÓN**

Daniel Jacinto Garzón Jiménez

Licenciado en Educación Física. Entrenador olímpico de atletismo (Tokio 2020 y París 2024). Entrenador andaluz olímpico de atletismo: dos medallas de oro en el XIX Campeonato Mundial de Atletismo en Budapest (Hungría) en 2023.

 **PROFESORADO**

Equipo de trabajo de los atletas olímpicos María Pérez y Alberto Amezcua (París 2024):

- **Daniel Jacinto Garzón Jiménez.** Licenciado en Educación Física. Entrenador olímpico de atletismo (Tokio 2020 y París 2024). Entrenador andaluz olímpico de atletismo: dos medallas de oro en el XIX Campeonato Mundial de Atletismo en Budapest (Hungría) en 2023.
- **Francisco Javier Mula Pérez.** Profesor de la Facultad de Ciencias de Deporte de la Universidad de Granada de Fundamentos, perfeccionamiento y especialización deportiva atletismo. Departamento de Educación Física y Deportiva.
- **Miguel Ángel Medialdea Vallecillos.** Licenciado en Educación Física. Entrenador nacional de atletismo.
- **Jesús Rodríguez Huertas.** Catedrático de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada. Departamento de Fisiología.





ESTRUCTURA DE LOS CONTENIDOS

30 de octubre		
HORARIO	CONTENIDOS	PONENTES
15:00-15:30	RECEPCIÓN. INAUGURACIÓN	
15:30-17:30	El atletismo en Andalucía: caso de éxito Cómo una disciplina atlética como la marcha se convierte desde Andalucía en una de las disciplinas atléticas referentes a nivel mundial Aspectos más importantes en su implantación y transferencia a otras disciplinas y/o deportes	Daniel Jacinto Garzón Jiménez
17:30-17:45	DESCANSO	
17:45-19:45	Fisiología y entrenabilidad del ser humano para diferentes grupos de edad a través del atletismo	Jesús Rodríguez Huertas
19:45-20:00	DESCANSO	
20:00-21:30	Taller práctico I. Marchar y correr como base del aprendizaje	Daniel Jacinto Garzón Francisco Javier Mula Pérez
31 de octubre		
HORARIO	CONTENIDOS	PONENTES
9:30-11:30	Sinergias entre diferentes disciplinas del atletismo y aspectos más importantes para tener en cuenta en la elaboración de una propuesta didáctica	Francisco Javier Mula Pérez
11:30-12:00	DESCANSO	



ÁREA 2
202425


ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD


El atletismo como referente en el deporte andaluz. Entrenabilidad en diferentes grupos de población

12:00-14:00	Entrenamiento y estrés oxidativo. Justificación, estrategias del entrenamiento asociadas a la salud del deportista y requerimientos fisiológicos a tener en cuenta en pruebas de resistencia como las carreras populares y el trail	Jesús Rodríguez Huertas
14:00-15:30	DESCANSO	
15:30-17:30	La entrenabilidad de las diferentes disciplinas del atletismo desde un club o escuela y su implementación y organización según los diferentes grupos de edad	Miguel Ángel Medialdea Vallecillos
17:30-17:45	DESCANSO	
17:45-19:15	Taller práctico II. Valoración y evaluación de la técnica en la iniciación a la marcha	Daniel Jacinto Garzón Jiménez
19:15-19:30	DESCANSO	
19:30-20:30	Taller práctico III. Iniciación a la técnica en diferentes disciplinas atléticas	Francisco Javier Mula Pérez
20:30-21:30	Evaluación. Valoración vídeo y toma de decisiones	Francisco Javier Mula Pérez Daniel Jacinto Garzón Jiménez



INSTITUTO ANDALUZ DEL DEPORTE

 Avenida Santa Rosa de Lima nº 5
29007 Málaga

 Tel.: (+34) 951 041 900 / 951 04 19 24 /
951 04 19 59



 formacioncontinua.iad.ctcd@juntadeandalucia.es
 <http://lajunta.es/iad>


Junta de Andalucía
Consejería de Cultura y Deporte


Instituto Andaluz
del Deporte