

Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte				
Rama de Conocimiento:	Ciencias de la Salud				
Facultad/Escuela:	Ciencias de la Salud				
Asignatura:	Especialización Deportiva: Deportes Individuales				
Tipo:	Obligatoria		Créditos ECTS:	4,50	
		'			
Curso:	3		Código:	5234	_
				,	_
Periodo docente:	Quinto semestre				
Materia:	Entrenamiento Deportivo				
Módulo:	El Deporte y las Prácticas Físico-I	Deportiva	as		
Tipo de enseñanza:	Presencial				
Idioma:	Castellano				
Total de horas de dedicación del alumno:	112,50				
dedicación del alumno.					
		Fl-			_
Causina Daganta		arraa Fia	atrá a la a		

Equipo Docente	Correo Electrónico	
María Merino Fernández	m.merino.prof@ufv.es	
Iñaki Quintana García-Milla	i.quintana.prof@ufv.es	
Luis Jorreto Pardo	I.jorreto.prof@ufv.es	
Pablo González Frutos	p.gfrutos.prof@ufv.es	

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Pretende desarrollar las competencias necesarias para intervenir en el ámbito profesional en los diferentes perfiles: preparador físico, entrenador, scouting etc., profundizando en metodologías de entrenamiento de alto nivel.

Centrado en los deportes individuales.		

OBJETIVO

- 1.- Conocer y desarrollar los diferentes perfiles de un técnico especialista en deportes individuales, centrado en el alto rendimiento.
- 2.- Ampliar los conocimientos técnicos, tácticos y estratégicos del deporte específico al que se opta.
- 3.- Saber llegar a los diferentes campos de actuación.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Esta asignatura debe entenderse como una continuidad a las asignaturas relacionadas con los deportes vistos en 1º y 2º, es por ello que se recomienda tener aprobada dicha asignatura.

CONTENIDOS

Se divide en 3 bloques:

1º BLOQUE: Análisis del Deporte y Preparación física 2º BLOQUE: Análisis y entrenamiento técnico y táctico

3º BLOQUE: Metodologías de enseñanza entrenamiento en el deporte

ACTIVIDADES FORMATIVAS

Las clases se basarán en una metodología activa centrada en los alumnos, de modo que el alumno es el protagonista de su propio aprendizaje y el docente actúa como facilitador de este proceso.

Esta metodología obliga a que el alumno participe activamente en la asignatura tanto de manera individual como en grupo

Las actividades de enseñanza-aprendizaje serán las siguientes:

- Clases expositivas y participativas

-Seminarios teórico-prácticos, talleres, conferencias, mesas redondas: Trabajo en pequeños grupos con el fin de profundizar en contenidos didácticos específicos, tutorías individuales o grupales.

NOTA: Estas actividades varían en función de los deportes.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
45 horas	67,50 horas
Clases expositivas Seminarios, Talleres, lecturas, mesas redondas, conferencias, tutorías individuales y grupales. Evaluación Clases expositivas 34h Seminarios, Talleres, lecturas, mesas redondas, conferencias, tutorías individuales y grupales. 7h Evaluación 4h	Trabajos y prácticas: individuales y grupales. Preparación y estudio teórico y práctico de la asignatura. Actividades complementarias. Trabajos y prácticas individuales y grupales. 30h Preparación y estudio teórico y práctico de la asignatura. 30h Actividades complementarias: 7,50h

COMPETENCIAS

Competencias básicas

Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio

Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio

Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

Competencias generales

Conocer y comprender el objeto de estudio y los fundamentos de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el desarrollo profesional.

Conocer y comprender los fundamentos, estructuras y funciones de las habilidades y patrones de la motricidad humana, así como de sus diferentes manifestaciones

Conocer y comprender los efectos de la práctica del ejercicio físico sobre la estructura y funcionalidad del cuerpo, así como sobre los aspectos psicológicos y sociales del ser humano.

Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del

deporte, en las diferentes poblaciones de influencia profesional.

Competencias específicas

Fomentar el juego limpio, aplicando la legislación vigente, y la solidaridad, utilizando el ámbito deportivo como medio de transformación social

Conocer la técnica y táctica básica de los deportes individuales y colectivos, así como sus principios metodológicos para su enseñanza y entrenamiento en la iniciación deportiva

Conocer y aplicar las herramientas básicas de control del entrenamiento y la competición

Conocer los modelos y estructura básicos de la planificación deportiva

Conocer las diferentes funciones de un cuerpo técnico, identificando las competencias propias del preparador físico, así como de otros agentes implicados (entrenadores, médicos, fisioterapeutas, masajistas, medios de comunicación), interactuando en equipo, de un modo eficaz

Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento deportivo, atendiendo a los principios del entrenamiento, desde una perspectiva integral e integradora

Conocer y aplicar eficazmente las diferentes respuestas adaptativas que se producen en el organismo fruto de la actividad física y el deporte

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Ser capaces de llevar a cabo planes estratégicos en los deportes individuales.

Aplicar razonadamente el reglamento deportivo, para poder preparar táctica y entrenamientos.

Ser capaces de programar entrenamientos en función de los diferentes niveles y modalidades dentro de cada especialidad.

Demostrar como se lleva a cabo una búsqueda activa y profunda de la especialidad deportiva

Demostrar conocimientos técnicos, tácticos y estratégicos

Reconocer y describir de forma clara las conductas correctas e incorrectas de la práctica de la especialidad deportiva y en consecuencia programar ejercicios para su mejora.

Utilizar las herramientas y metodologías vistas en clase, así como las que se puedan encontrar o buscar por otros medios para facilitar el aprendizaje y entrenamiento de la especialidad deportiva para todos los ámbitos de actuación (niños, adultos, etc. como iniciación deportiva, ocio y recreación hasta alto rendimiento deportivo).

Ser capaces de crear un equipo para el trabajo conjunto y eficaz en el alto rendimiento.

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

Es necesario aprobar TODOS LOS APARTADOS que se detallan a continuación.

- 1. EVALUACIÓN ORDINARIA (asistencia obligatoria)
- Prueba escrita teórica 20%
- Prueba práctica 35%
- Actividades diarias y ejercicios 15%
- -Trabajos individuales y grupales 20%
- Asistencia y participación 10%

La asistencia a clase es obligatoria. No obstante, el simple hecho de asistir no garantiza la superación positiva de la asignatura. Se pide compromiso y participación proactiva.

- 2.- EVALUACIÓN ALTERNATIVA Sistema alternativo de evaluación (alumnos de 2º o más matrículas y aquellos con dispensa académica)
- Prueba escrita 25%.
- Prueba práctica 35%
- Trabajos individuales y grupales: 25%
- Actividades diarias y ejercicios 15%

Para alumnos de 1º matrícula: Se acogerán al sistema de evaluación ordinario. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspensas, guardándose la nota de las partes aprobadas.

Para alumnos de 2º o más matrículas: Se podrán acoger al sistema de evaluación ordinario o al sistema de evaluación alternativo, previo acuerdo con el profesor al inicio de la asignatura, y siempre que se haya cursado la asignatura de forma presencial previamente.

Para alumnos de Estancias de Intercambio que no tienen la asignatura convalidada: Se acogerán al sistema alternativo de evaluación, siendo su obligación el conocimiento del mismo.

3.-Para alumnos con Dispensa Académica: Según normativa de la UFV, la dispensa académica supone la autorización del director de la titulación para que un alumno en 1ª matrícula se someta al sistema alternativo de evaluación. Será concedida con carácter extraordinario en aquellos casos debidamente justificados, previa solicitud del alumno a la Dirección de la titulación.

Las conductas de plagio, así como el uso de medios ilegítimos en las pruebas de evaluación, serán sancionados conforme a los establecido en la Normativa de Evaluación y la Normativa de Convivencia de la universidad.

PARA TODOS LOS SISTEMAS:

- Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspensas, guardándose la nota de las partes aprobadas.
- En caso de suspender uno o varios apartados en ORDINARIA, se irá con dichos apartados a convocatoria EXTRAORDINARIA
- En caso de suspender un apartado en convocatoria EXTRAORDINARIA se repetirá la asignatura AL COMPLETO.
- En el caso de suspender algún apartado, la calificación será de 4, si la media fuera inferior, se pondría la resultante.
- 48h antes de cualquier examen no se responderán dudas.
- Serán motivo de suspenso los plagios.
- Las faltas de ortografía bajaran la nota y podrán hacer suspender la asignatura (cada profesor informará de ello)
- En los exámenes hay que cuidar los aspectos formales: los márgenes no respetados y la letra que no sea clara restarán puntuación.
- La puntualidad será requisito indispensable: dándose un margen de 15 minutos máximo, pasado este tiempo, se dejará entrar en la clase con falta de asistencia.
- Requisito indispensable: llevar la equipación correspondiente a la especialidad (informada por cada profesor)

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

Araujo, C. (2004) Manuel de ayudas en Gimnasia. Paidotribo

Ariza, J.C., Siscar, F. Y Gómez, F. (2007) Optimización del aprendizaje en gimnasia artística. El análisis estructural y la metodología de adaptación. Kronos, Vol VI (12), 62-74

Bompa, T. (2003) Periodización, teoría y metodología del entrenamiento Hispano Europea

Federación Internacional de Gimnasia (FIG). (2013) Código de Puntuación Gimnasia Acrobática FGE

Ferrauti, Quintana...[et al.]. Manual para el entrenamiento en el tenis: rendimiento, condición física, salud / Barcelona: Paidotribo, 2021.

José Manuel García García [y otros.]. Judo : juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas /

Hernández García, R. (2018) Nuevas perspectivas sobre metodología y entrenamiento en judo Wanceulen

Kano, J. (1989) Judo Kodokan Eyras S.A.

Maglischo, E. W. (2003) Swimming fastest Illinois: Human kinetics

Maglischo, E. W. (2009) Natación, técnica, entrenamiento y competición Paidotribo

Navarro. F., Oca. A. y Castañon, J. (2003) El entrenamiento del nadador joven Gymnos

Navarro, F. y Rivas, A. (2001) Planificación y control del entrenamiento en natación Gymnos

Rodríguez Dabauza, P. (2008) Jiu-jitsu de hoy Alas

Saez, F. (2015) Habilidades Gimnástico-Acrobáticas. Método de enseñanza. Esteban Sanz

Saez, F. (2003) Gimnasia Artística. Los fundamentos de la técnica. Biblioteca Nueva

Santos Nalda, J. (1999) Judo infantil. Educación integral. Alas

Smoleuskiy, V. y Gaverdouskiy, L. (1996) Tratado general de Gimnasia Artística Paidotribo

Sweetenham, B. (2003) Championship swim training. Human Kinetics

Taira, S., Herguedas, J. y Román, F.I. (1992) Judo I comité Olímpico Español

Taira, S. (2014) La esencia del Judo. Satori

Taira, Shu (1942-) La esencia del judo / 2ª ed. rev. y ampl. Gijón :Satori,2014.

Tamayo Fajardo, Javier Antonio. Iniciación al judo /

Velázquez Velázquez, R., Díaz González, P., Del Valle Díaz, S. y García García, J. M. (2005) Judo. Juegos para la mejora del aprendizaje de las técnicas. Paidotribo