

Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Ciencias de la Actividad Física y del Deporte		
Rama de Conocimiento:	Ciencias Sociales y Jurídicas		
Facultad/Escuela:	Educación y Humanidades		
Asignatura:	Especialización Deportiva		
Tipo:	Obligatoria	Créditos ECTS:	6
Curso:	3	Código:	7538
Periodo docente:	Sexto semestre		
Materia:	Entrenamiento Deportivo		
Módulo:	El Deporte y las Prácticas Físico-Deportivas		
Tipo de enseñanza:	Presencial		
Idioma:	Castellano		
Total de horas de dedicación del alumno:	150		

Equipo Docente	Correo Electrónico
Berta Moreno Heredero	b.moreno@ufv.es
Daniel Fernández Baeza	d.fbaeza.prof@ufv.es
María Merino Fernández	m.merino.prof@ufv.es
Iñaki Quintana García-Milla	i.quintana.prof@ufv.es
Rafael Alarcón Guerrero	rafael.guerrero@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.

OBJETIVO

- 1.- Conocer y desarrollar los diferentes perfiles de un técnico especialista en el deporte de alto rendimiento.
- 2.- Ampliar los conocimientos técnicos, tácticos y estratégicos de la especialidad deportiva.
- 3.- Saber llegar a los diferentes campos de actuación.
- 4.- Conocer más ampliamente la especialidad deportiva.

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.
- Role-playing.
- Rol de profesor, entrenador, preparador físico.
- Análisis de intervenciones didácticas.
- Participación abierta y dialogada.
- Presentación de trabajos.
- Tutorías.
- Seminarios/Talleres/Lecturas/Mesas redondas.

- Estudio teórico.
- Estudio práctico.

NOTA: estas actividades de enseñanza-aprendizaje son generales de la especialidad deportiva, concretándose cada una de ellas por deporte.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
62 horas	88 horas
Clases expositivas 51h Seminarios, Talleres, lecturas, mesas redondas, conferencias, tutorías individuales y grupales. 7h Evaluación 4h	Trabajos y prácticas individuales y grupales. 40h Preparación y estudio teórico y práctico de la asignatura. 45h Actividades complementarias: 3h

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 de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad, en sus diferentes contextos, escolar, deportivo, recreativo o deporte para todos.

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.

Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles.

Adquirir la formación científica básica aplicada a la actividad física y al deporte en 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.

Competencias específicas

Conocer y aplicar habilidades directivas y de liderazgo de equipos y deportistas, estimulando la autogestión y el desarrollo personal.

Conocer los medios o instrumentos que facilitan la consecución de los objetivos planteados por el entrenador/a.

Conocer las competencias de los diferentes componentes del cuerpo técnico y las relaciones que se establecen entre ellos.

Gestionar el tiempo dedicado a las diferentes facetas y funciones del entrenador/a de forma eficaz.

Conocer y desarrollar las cualidades personales y competencias necesarias del entrenador o entrenadora personal.

Conocer el ejercicio recomendable y no recomendable, en las patologías, enfermedades y lesiones más frecuentes.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Ser capaces de llevar a cabo planes estratégicos en la especialidad deportiva.

Aplicar razonadamente el reglamento deportivo.

Ser capaces de programar entrenamientos de las diferentes especialidades deportivas

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).

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

Es necesario aprobar todos los apartados en las dos opciones de evaluación, que se detallan a continuación:

1. Evaluación CONTINUA, el alumno asiste al 80% de las clases:

- Prueba escrita teórica 20%
- Prueba práctica 40%
- Actividades diarias y ejercicios 10%
- Trabajos individuales y grupales 20%
- Asistencia y participación 10%

2.- En caso de superar el 20% de inasistencias sin justificar, Evaluación NO CONTINUA, la calificación se obtiene:

- Prueba escrita 30%.
- Prueba práctica 40%
- Trabajos individuales y grupales: 30%

CONVOCATORIA ORDINARIA: La nota final de la asignatura será la media de la nota obtenida en Natación teniendo que aprobar cada uno de sus apartados con una calificación de un 5.

DISPENSA ACADÉMICA: Alumnos en Dispensa Académica se registrarán con el mismo sistema de evaluación que en Evaluación No Continua.

Otras consideraciones:

- En caso de no superar la asignatura en convocatoria ordinaria, se acudirá a la convocatoria extraordinaria con los apartados suspensos, guardándose la nota de los aprobados en las dos opciones de evaluación.
- Los trabajos deberán ser entregados en tiempo y forma, en caso contrario serán motivo de suspenso.
- Las copias totales o parciales serán motivo de suspenso y de apertura de expediente.
- Los trabajos con faltas de ortografía serán motivo de suspenso.
- Las faltas de ortografía en los exámenes restarán puntuación al examen, pudiendo llegar a obtener un suspenso por este hecho (en cada examen se detallará cómo se califica este apartado)
- 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. Barcelona: 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.
- Bangsbo, J. (2010). Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Barcelona: Paidotribo.
- Bompa, T. (2003). Periodización, teoría y metodología del entrenamiento. Barcelona: Hispano Europea.
- Brea, N. (2014). Sentido Común. El más común de los sentidos aplicado al pádel. Buenos Aires: Punto Gráfico.
- Cano Moreno, O. (2008). Fútbol entrenamiento global basado en la interpretación del juego. Sevilla: Wanceulen.
- Castellote, M. (2005). Pádel un gran deporte. Madrid: 3D Diseño & Imagen.
- Castellote, M. (2012). Atlas ilustrativo pádel. Madrid: Susaeta.
- Castelo, J. F. (1998). Fútbol. Estructura y dinámica de juego. Barcelona: INDE
- Cruz, B. A. (2013). Cómo jugar al pádel. Jaén: Software DELSOL.
- Del Álamo, J. G., & Expósito, J. B. (2011). Preparación Física del Pádel basada en el trabajo en pista. Málaga: Bolgraf.
- Di Marino, S. y Ghetti, R. (2000). Lecciones de Karate. México: Editorial de Vecchi.
- Federación Internacional de Gimnasia (FIG). (2013). Código de Puntuación Gimnasia Acrobática Madrid: FEG.
- Federación Internacional de Gimnasia (FIG). (2013). Código de Puntuación Gimnasia Artística Femenina. Madrid: FEG.
- Federación Internacional de Gimnasia (FIG) (2013). Código de Puntuación Gimnasia Artística Masculina. Madrid: FEG.
- Ghetti, R. (2000). Lecciones de Judo. México. Editorial de Vecchi.
- Gómez, P. (2012). La preparación física del fútbol contextualizada en el fútbol. Pontevedra: MC Sport.
- Ibáñez, J. C., Cañas, J. C., Martínez, B. S.-A., & Guerrero, R. A. (2014). Investigación en Pádel. Volumen I.

Murcia: Universidad de Murcia.

- Kano, J. (1989). Judo Kodokan. Madrid: Eyra S.A.
- Maglischo, E. W. (2003). Swimming fastest. Illinois: Human kinetics.
- Maglischo, E. W. (2009). Natación, técnica, entrenamiento y competición. Barcelona: Paidotribo.
- Navarro, F., Oca, A. y Castañon, J. (2003). El entrenamiento del nadador joven. Madrid: Gymnos.
- Navarro, F. y Rivas, A. (2001). Planificación y control del entrenamiento en natación. Madrid: Gymnos.

- Pol, R. (2011). La preparación ¿física? En el fútbol. El proceso de entrenamiento desde las ciencias de la complejidad. Pontevedra: MC Sport.
- Rodríguez Dabauza, P. (2008). Jiu-jitsu de hoy. Barcelona: Ed. Alas.

- Sáez, F. (2003). Gimnasia Artística. Los fundamentos de la técnica. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Saez, F. (2015). Habilidades Gimnástico-Acrobáticas. Metodo de enseñanza. Madrid: Esteban Sanz.
- Santos Nalda, J. (1999). Judo infantil. Educación integral. Barcelona: Ed. Alas.

- Smoleuskiy, V. y Gaverdouskiy, L. (1996). Tratado general de Gimnasia Artística. Barcelona: Paidotribo.
- Still, C. (1993). Manual de Gimnasia Artística Femenina. Barcelona: Paidotribo.
- Sweetenham, B. (2003). Championship swim training. Illinois: Human Kinetics.
- Taira, S., Herguedas, J. y Román, F.I. (1992). Judo I. Madrid: Comité Olímpico Español.

- Thomas, L., Fiard, J., Soulard, C. y Chautemps, G. (1997). Gimnasia Deportiva. De la escuela a las asociaciones deportivas. Granada: Editorial Deportiva Agonos.
- Ukran, M. L. (1978). Gimnasia deportiva. Zaragoza: Acriba.
- Ukran, M. L. (1979). Metodología del entrenamiento de los gimnastas. Zaragoza: Acriba.
- Vázquez, J. M. (2013). 1001 Juegos y Ejercicios de Pádel. Sevilla: Wanceulen.
- Vázquez, J. M. (2016). Pádel sus golpes, entrenamiento y más. Sevilla: Wanceulen.
- 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. Barcelona: Paidotribo.
- Weineck, J. (2005). Entrenamiento total. Barcelona: Paidotribo.