

## GUÍA DOCENTE

2016/17

### Centro

135 - Facultad de Educación y Deporte. Sección Ciencias de la Actividad Física

### Ciclo

Indiferente

### Plan

GDEPOR10 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

### Curso

4º curso

## ASIGNATURA

25767 - Entrenamiento Deportivo Orientado a la Formación

**Créditos ECTS :** 6

## DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

Esta asignatura se desarrolla sobre la base de la asignatura obligatoria "Metodología del entrenamiento deportivo" para dar respuesta a la problemática de los criterios de selección de deportistas con talento y su formación a largo plazo.

## COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

Competencias Transversales:

G 018 Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las CCAFD. Desarrollada; no evaluada

G 020 Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo. Desarrollada y evaluada

G017, Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en las lenguas vernáculas y en otras lenguas propias de los ámbitos científico y tecnológico.

Resultados de aprendizaje: el alumnado aprenderá a buscar, leer e interpretar bibliografía científica en inglés en el área de las ciencias de la salud relacionadas con la actividad física y el ejercicio, a través de trabajos de revisión escritos.

Competencias de la titulación:

G 004 "Conocer y comprender los efectos de la práctica de actividades físico-deportivas sobre el organismo humano en el ámbito físico, psicológico y social"

G O10 "Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles"

G 011 "Aplicar los principios anatómicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales a los diferentes campos de la actividad física y el deporte"

Competencias de la materia:

1. Conocer y aplicar en el entrenamiento las características evolutivas del niño y del adolescente para conseguir el rendimiento adecuado para cada etapa.
2. Aplicar una metodología propia de la formación deportiva adecuada a las distintas etapas formativas
3. Conocer y aplicar un método para la selección de deportistas con talento.
4. Aplicar los principios de la planificación a largo plazo para la formación de deportistas

## CONTENIDOS TEORICO-PRACTICOS

Bloque Temático 1 : Introducción general

Conceptos generales: 1.1. La práctica de la actividad física en la edad infantil y juvenil

Bloque Temático 2 : Entrenabilidad en edades jóvenes

Aspectos generales

Fundamentos biológicos de los procesos de crecimiento y maduración

Sistemas de entrenamiento y aplicación en edades jóvenes

Evolución de las capacidades físicas y su entrenamiento

Bloque Temático 3 : La selección y orientación de talentos deportivos

Los sistemas para el desarrollo de las élites deportivas

El sistema de detección de talentos

Sistemas de captación de talentos

La planificación a largo plazo

## METODOLOGÍA

Se desarrollarán los contenidos de la asignatura a través de clases magistrales. Así mismo los alumnos profundizarán en diferentes aspectos de la misma a través de trabajos por grupos y exposiciones en clase. Para la evaluación final deberán desarrollar un proyecto de detección de talentos y programación a largo plazo en un deporte/especialidad de su elección.

## TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	30		30						
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45		45						

### Leyenda:

M: Maestría      S: Seminario      GA: P. de Aula      GL: P. Laboratorio      GO: P. Ordenador  
GCL: P. Clínicas      TA: Taller      TI: Taller Ind.      GCA: P. de Campo

## SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación mixta
- Sistema de evaluación final

## HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

- Realización de prácticas (ejercicios, casos o problemas) 10%
- Trabajos en equipo (resolución de problemas, diseño de proyectos) 10%
- Exposición de trabajos, lecturas... 80%

## CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Asistencia y trabajo diario, trabajos y su exposición en el aula. Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por grupos y presentación oral del mismo. Valor del 100%.

En el caso de no desarrollar la evaluación continua anteriormente expuesta la prueba final consistirá en la elaboración de un proyecto de similares características para ser desarrollado en la duración establecida para dicha prueba y de manera individual.

La competencia transversal G020 será evaluada a través del propio sistema de evaluación general de la materia.

Para renunciar a la convocatoria de evaluación será suficiente con no presentarse a la prueba final.

## CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Asistencia y trabajo diario, trabajos y su exposición en el aula. Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por grupos y presentación oral del mismo. Valor del 100%.

En el caso de no desarrollar la evaluación continua anteriormente expuesta la prueba final consistirá en la elaboración de un proyecto de similares características para ser desarrollado en la duración establecida para dicha prueba y de manera individual.

La competencia transversal G020 será evaluada a través del propio sistema de evaluación general de la materia.

Para renunciar a la convocatoria de evaluación será suficiente con no presentarse a la prueba final.

## MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

## BIBLIOGRAFIA

### Bibliografía básica

- Blázquez, D. : La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. 1995
- Bompa, T. : Entrenamiento para jóvenes deportistas. Planificación y programas de entrenamiento para todas las etapas de crecimiento. Hispano Europea. Barcelona. 2005
- García Manso, J.M., Navarro, M. y Ruiz, J.A. : Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. Gymnos. Madrid. 1996
- García Manso, J.M., Navarro, M. y Ruiz, J.A. : Planificación del entrenamiento deportivo. Gymnos. Madrid. 1996
- García Manso, J.M., Campos, J., Lizaur, P., Pablo, C. : El talento deportivo. Formación de élites deportivas. Gymnos. Madrid. 2003
- Hahn, E. : Entrenamiento con niños. Martínez Roca. Barcelona. 1984.
- Navarro, F. : Evolución de las capacidades físicas y su entrenamiento. Master ARD. Madrid. 1995
- Platonov, V.N. : Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico. Paidotribo. Barcelona. 2001

### Bibliografía de profundización

- Año, V. : Planificación y organización del entrenamiento juvenil. Madrid: Gymnos. 1997
- Durand, M. : L'enfant et le sport. PUF. Paris. 2000

- &#8226; Grosser, M., Starischka, S., Zimmermann, E. : Principios del entrenamiento deportivo. Martinez Roca. Barcelona. 1988
- &#8226; García Manso, J.M. : Alto rendimiento deportivo. La adaptación y la excelencia deportiva. Gymnos. Madrid. 1999
- &#8226; Matveiev, L. : El proceso del entrenamiento deportivo. Stadium. Buenos Aires. 1982
- &#8226; Verjoshanski, I.V. : Entrenamiento deportivo. Planificación y programación. Martinez Roca. Barcelona. 1990
- &#8226; Zanatta, A. : La orientación deportiva en el niño. Instituto Bonaerense del deporte. 1995

### **Revistas**

- Revista de entrenamiento deportivo (RED)
- SDS (Scuolla dello sport)
- Comunicaciones Técnicas de las diferentes federaciones deportivas

### **Direcciones de internet de interés**

- Grupo Sobreentrenamiento: <http://www.sobreentrenamiento.com/>
- EF Deportes: <http://www.efdeportes.com>
- Sport Science: <http://www.sportsci.org>
- Pub Med: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?db=pubmed>

### **OBSERVACIONES**