

IRAKASKUNTZA-GIDA

2013/14

Ikastegia

135 - Hezkuntza eta Kirol Fakultatea. Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzi

Zikl.

Zehaztugabea

Plana

GDEPOR10 - Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Gradua

Ikastaroa

4. maila

IRAKASGAIA

25767 - Prestakuntzara Zuzendutako Kirol Entrenamendua

ECTS kredituak: 6

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

- G 022 "Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional"
- 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"

Conocer y aplicar en el entrenamiento las características evolutivas del niño y del adolescente para conseguir el rendimiento adecuado para cada etapa.

Aplicar una metodología propia de la formación deportiva adecuada a las distintas etapas formativas

Conocer y aplicar un método para la selección de deportistas con talento.

Aplicar los principios de la planificación a largo plazo para la formación de deportistas

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

- 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

METODOLOGIA

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	30		30						
Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.	45		45						

Legenda:

M: Maistrala S: Mintegia GA: Gelako p. GL: Laborategiko p. GO: Ordenagailuko p.
GCL: P. klinikoak TA: Tailerra TI: Tailer Ind. GCA: Landa p.

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Ahozko defentsa %
- Talde lanak (arazoen ebazpenak, proiektuen diseinuak) %
- Lanen, irakurketen... aurkezpena %

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por parejas y presentación oral del mismo (100%)

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

BIBLIOGRAFIA

Oinarrizko bibliografia

- • 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

Gehiago sakontzeko bibliografia

- • Año, V. : Planificación y organización del entrenamiento juvenil. Madrid: Gymnos. 1997
- • Durand, M. : L'’enfant et le sport. PUF. Paris. 2000
- • Grosser, M., Starischka, S., Zimmermann, E. : Principios del entrenamiento deportivo. Martínez Roca. Barcelona. 1988
- • García Manso, J.M. : Alto rendimiento deportivo. La adaptación y la excelencia deportiva. Gymnos. Madrid. 1999
- • Matveiev, L. : El proceso del entrenamiento deportivo. Stadium. Buenos Aires. 1982
- • Verjoshanski, I.V. : Entrenamiento deportivo. Planificación y programación. Martínez Roca. Barcelona. 1990
- • Zanatta, A. : La orientación deportiva en el niño. Instituto Bonaerense del deporte. 1995

Aldizkariak

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

Interneteko helbide interesgarriak

- 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>

OHARRAK