

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

25769 - Talde Kiroletako Entrenamenduaren Metodologia eta Planifikazioa **ECTS kredituak:** 4,5

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

Irakasgai honetan emango diren edukiek eman behar dute diseinatze eta plangintza-modelo desberdinak, entrenamendu-sistemak eta errendimenduzko talde-kirol garapenerako zeregin espezifikoak ematea.

Zeharkako konpetentziak:

G019. Lidergo-trebetasunak, erlazio interpersonala eta kirolletako entrenamenduaren eremuetako talde-lana garatzea

G020. Entrenamenduari dagozkion esparruetan egoera berrietara egokitzeko, arazoak konpontzeko eta modu autonomoan ikasteko gaitasunak garatzea.

Konpetentzia espezifikoak:

G011. Kirol entrenamenduaren arloan printzipio anatomiko, fisiologiko, biomekaniko, sozial eta portaerazkoak aplikatzea

G016. Aukeratzea eta materiala eta kirolletako hornikuntza, kirolletako entrenamenduaren eremuko jarduerako mota bakoitzerako egokia, erabiltzea jakitea.

Materiaren konpetentziak:

CMat1. Kirol entrenamenduaren eta printzipio orokorren aspektuak ezagutzea aplikazio egoki baterako;

CMat2. Kirol errendimenduan inplikaturiko faktoreak ezagutzea ikuspuntu biologiko, psikologiko eta egituraletatik.

CMat3. Entrenamendu sistemak ezagutzea eta egoki aplikatzea gaitasun motore ezberdinen garapenerako TALDEKO KIROLETAN

CMat4. Kirol ezberdinen ezaugarriak ezagutzea hauek prestatzeko beharren arabera.

CMat5. Kirol plangintzaren egiturak ezagutzea eta aplikatzea

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

Entrenamenduaren eta lehiaketaren planifikazioa talde kirolletan
Entrenamenduaren metodologia talde kirolletan
Entrenamenduaren prozesuaren zuzenketa talde kirolletan
Planifikazioaren berezitasunak talde kirolletan
Planifikazio mailak talde kirolletan
Entrenamenduaren elementuak talde kirolletan
Entrenamenduaren elementu desberdinen egituraketa lehiaketan egokitzeko
Entrenamenduaren zuzenketa talde kirolletan
Partiduaren zuzenketa talde kirolletan
Entrenamendu prozesuaren kontrola lehiaketan

METODOLOGIA

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	20		25						
Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.	30		37,5						

Legenda: M: Magistrala 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

- Garatu beharreko proba idatzia %
- Praktiak (ariketak, kasuak edo buruketak) %

- Lanen, irakurketen... aurkezpena %

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

AZTERKETA IDATZIA: 70%

PRAKTIKAK (ariketak, kasuak edo buruketak): 30%

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

BIBLIOGRAFIA

Oinarrizko bibliografia

Refoyo, I. La decisión táctica de juego y su relación con la respuesta biológica de los jugadores. Una aplicación al baloncesto como deporte de equipo. Tesis Doctoral. U.C.M. 2001.

Ruiz, L.M. y Sánchez Bañuelos, F. Rendimiento deportivo. Gymnos. Madrid. 1997.

Sampedro, J. Fundamentos de la táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Gymnos. 2000. Madrid.

Schmidt, R. Motor learning and performance: From principles to practice. C, Human Kinetics. 19

SAMPEDRO, J. Fútbol Sala. Las Acciones de Juego. Gymnos. (1997).

SAMPEDRO, J. Fundamentos de la Táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Gymnos. (1999).

Gehiago sakontzeko bibliografia

SÁNCHEZ, F. Deportes de equipo: análisis funcional, evaluación y aprendizaje de la táctica. Master en Alto Rendimiento Deportivo. C.O.E. – U.A.M. Madrid. (2000).

SINGER, R. Motor learning and human performance. McMillan. (1980).

THORPE, R. y BUNKER, D. A new approach to the teaching of games in physical education curriculum. En VVAA Teaching Team Sports. (1983).

Aldizkariak

PERCEPTUAL AND MOTORS SKILLS

<http://www.minervamedica.it/en/journals/sports-med-physical-fitness/>

<http://journals.lww.com/nsca-jscr/pages/default.aspx>

<http://www.journals.elsevier.com/journal-of-electromyography-and-kinesiology/>

<http://journals.lww.com/nsca-scj/pages/default.aspx>

<http://revistaentrenamientodeportivo.com>

Interneteko helbide interesgarriak

www.sobreentrenamiento.com

WWW.DEPORTESACICLICOS.COM

WWW.EFDEPORTES.COM

WWW.BALONCESTOFORMATIVO.COM

WWW.PREPRAZIONAESATELTICA.IT

WWW.g-se.com

www.ejerciciosdefutbol.com

www.altorendimiento.com

OHARRAK