

IRAKASKUNTZA-GIDA

2015/16

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

Irakasgai hau talde -kirol entrenamendu garapenera orientatuta dago, bai indoor-a bai outdoor-a zeinetan taldeko kiroletan emandako entrenamendu-metodo desberdinen oinarriak adierazten dira.

Irakasgai honetan emango diren edukiek diseinatzeko eta emateko desberdinekin ikusi behar dituzte plangintza modeloak, entrenamenduko eta kiroletako errendimenduaren garapenerako zeregin espezifikoetako sistemak.

Bere helburuek eta konpetentziek zerikusi dute entrenatzaileko irudi profesionalekin eta prestatzaile fisikoarekin talde kiroletan. Konpetentziak gaitasuna ematen ditu ere garatu behar du entrenatzailea eta talde-kiroletako prestatzaile fisikoa.

Kiroletako entrenamenduko minor barruan kokatuta dago.

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.

Titulazioko gaitasunak:

G004 Jarduera fisikoak eta kirolak giza organismoan dituzten eragin fisikoak, psikologikoak eta sozialak ezagutzea eta ulertzea.

G010 Entrenatzeko prozesua planifikatzea, garatzea eta kontrolatzea, maila desberdinetan.

G011 Printzipio anatomikoak, fisiologikoak, biomekanikoak, portaerari dagozkionak eta sozialak jarduera fisikoaren eta kirolaren arlo desberdinei aplikatzea.

G016 Jarduera mota bakoitzerako material eta kirol ekipamendu egokia hautatzea eta erabiltzen jakitea.

Zeharkako gaitasunak:

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

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

Materiaren gaitasunak:

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 kiroletan

Entrenamenduaren metodologia talde kiroletan

Entrenamenduaren prozesuaren zuzenketa taldeko kiroletan

Planifikazioaren berezitasunak talde kiroletan

Planifikazio mailak talde kiroletan

Entrenamenduaren elementuak talde kiroletan

Entrenamenduaren elementu desberdinen egituraketa lehiaketan egokitzeko

Entrenamenduaren zuzenketa talde kiroletan

Partiduaren zuzenketa talde kiroletan

Entrenamendu prozesuaren kontrola lehiaketan

METODOLOGIA

Egingo da klase teorikoez, ikasgela-praktikez, eta alor-praktikez osatuta egongo den metodologia osoa.

Ikasleek, binaka, txostena landuko dute, gidatutako ikasketa egingo dute, eta lana aurkeztuko dute klasean.

Erakusketak izango dira ikasleek bere lagunen aurrean aukeratutako gaiaren gaineko 10 minutuko, txanda bat egongo da 2 galdera-minutuko.

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: Maistrala S: Minteia GA: Gelako d. GL: Laboratediko d. GO: Ordenaailuko d.
GCL: P. klinikoak TA: Tailerra TI: Tailer Ind. GCA: Landa d.

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Ahozko defentsa % 15
- Praktiak (ariketak, kasuak edo buruketak) % 70
- Lanen, irakurketen... aurkezpena % 15

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Gaitasunak G019 eta G020 ahozkoan eta praktikan ebaluazioan egingo dira.

Ebaluazio jarrian ikasleentzat:

AHOZKO AZTERKETA ETA EXPOZIZIOA: 30%

PRAKTIKAK (ariketak, kasuak edo buruketak) ETA DOSSIERRA: 700%

Ebaluazio beste ikasleentzat:

AZTERKETA AHOZKOA: 100%

Deialdiari uko egiteko nahikoa izango da azterketara ez aurkeztea

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Gaitasunak G019 eta G020 ahozkoan eta praktikan ebaluazioan egingo dira.

Ebaluazio jarrian ikasleentzat:

AHOZKO AZTERKETA ETA EXPOZIZIOA: 30%

PRAKTIKAK (ariketak, kasuak edo buruketak) ETA DOSSIERRA: 700%

Ebaluazio beste ikasleentzat:

AZTERKETA AHOZKOA: 100%

Deialdiari uko egiteko nahikoa izango da azterketara ez aurkeztea

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

EGela plataforma birtuala erabiliko dugu.

Informatikako treznagailuan Lanaren aurkezpena egin behar da eta ad-hoc egituretan (Power-point)

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