

IRAKASKUNTZA-GIDA

2016/17

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

25771 - Kirol Errendimenduaren Balorazioa

ECTS kredituak:

4,5

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

Kirolean arrakasta izateko, ezinbestekoa da errendimenduan eragina duten gaitasun mota desberdinak ezagutu eta lantzea. Irakasgai honetan ikasleak gaitasun mota hauek ezagutu eta baloratzen ikasiko du. Horretarako, gaitasun bakoitza kuantifikatzeko esistitzen diren testak aurkeztuko dira, bai era teoriko zein praktikoan.

Gaur egungo errendimendu kirolak gero eta gehiago eskatzen ditu kirol jarduera fisiko eta kirol zientzien arloko graduatu profila balorapenak egiteko gai izaten direnak, kalitatezko berme minimoarekin eta oinarri zientifikoarekin.

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

-Titulazioko zeharkako gaitasunak:

G021. Lan arloko bikaintasun eta kalitate ohiturak garatzea.

(Lantzen da baino ez da ebaluatzen).

G022. Lana behar bezala egiteko nahitaezkoak diren printzipio etikoak ezagutzea, eta horien arabera jardutea. (Lantzen da baino ez da ebaluatzen).

-Irakasgaiko gaitasunak:

IG1. Kirolarien ebaluaketa eta balorazio metodo ezberdinetan metodo zientifikoa aplikatzea.

Ikaskuntza emaitzak: Ikaslea errendimendua baloratzeko dauden metodo ezberdinak modu ziur, zientifiko eta etikoan aplikatzeko gai izango da.

IG2. Kirol eta kirolariaren arabera, balorazio metodo egokienak ezagutzea.

Ikaskuntza emaitzak: Ikasleak disziplina eta kirolarien ezaugarrien arabera esistitzen diren balorapen metodo egokiak ezagutuko ditu.

IG3. Kirolarien baloraziorako protokolo ezberdinak gauzatzea.

Ikaskuntza emaitzak: Ikaslea kirolariaren balorapen bat egiteko asmoarekin dauden protokolo ezberdinak aplikatzen gai izango da.

IG4. Entrenamendu prozesuan integratzeko balorazio mota ezberdinen datuak interpretatzea.

Ikaskuntza emaitzak: Ikaslea testetatik lortzen den informazioa interpretatu eta entrenamendu testuinguru batean aplikatzeko gai izango da.

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

1. GAI MULTZOA: Sarrera

-Test baten neurketen ezaugarriak (baliozkotasuna eta errepikagarritasuna).

2. GAI MULTZOA: Gaitasun motoreen balorazioa.

-Gaitasun kondizionalen balorazioa: indarra, abiadura eta erresistentzia.

-Gaitasun koordinatiboen balorazioa: koordinazioa eta oreka.

3. GAI MULTZOA: Balorazio antropometrikoa.

-Neurketa orokorrak: altuera, masa, tolesak, perimetroak eta diametroak.

4. GAI MULTZOA: Balorazio fisiologikoa.

-Gaitasun aerobikoaren balorazioa.

-Gaitasun anaerobikoaren balorazioa.

-Atalase anaerobikoaren balorazioa.

-Efizientzia eta ekonomiaren balorazioa.

5. GAI MULTZOA: Balorazio biomekanikoa.

-Kirol teknikaren balorazioa: azterketa zinetiko eta zinematikoak.

6. GAI MULTZOA: Balorazio psikologikoa.

7. GAI MULTZOA: Balorazio biologikoa.

-Kirol errendimendurako biomarkatzaileak.

METODOLOGIA

Eskola MAGISTRALETAN irakasgaiaren eduki teorikoak aurkeztuko dira. Asistentzia EZ da beharrezkoa.

GELAKO eta LABORATEGIKO PRAKTIKETAN era praktiko batean eskola teorikoetan ikusitako edukiak sakonduko dira.

Praktika bakoitzaren ondoren ikasleak txosten bat prestatu beharko du, batzuetan bakarka eta beste batzuetan taldeka.

Zeharkako gaitasunak landu egingo dira, baina ez dira ebaluatuko.

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	25		10	10					
Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.	37,5		15	15					

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

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio mistoaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Test motatako proba % 70
- Praktiak (ariketak, kasuak edo buruketak) % 30

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ohiko deialdian irakasgaia gainditzeko, ebaluazioa bi erataria egin ahal izango da:

- Ebaluazio mistoa: notaren %70a test motako azterketa, eta %30a praktiken nota.
- Azken ebaluazioa: UPV/EHUko ikasleen arautegiaren 64. artikulua arabera ebaluazio mistoa egin ezin dezaketen ikasleek, azken ebaluazioa egin ahal izango dute. Kasu honetan, test motako azterketak azken notaren %100a suposatuko du.

Bi ebaluazio motetan, ohiko deialdiari uko egiteko nahikoa izango da azterketara ez aurkeztea.

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ezohiko deialdian irakasgaia gainditzeko idatzizko azterketa gainditu beharko da. Azken nota, azterketa honen %100a izango da.

Ezohiko deialdiari uko egiteko nahikoa izango da azterketara ez aurkeztea.

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

Irakasgai honetan derrigorrezkoa izango da eGela plataforma erabiltzea.

BIBLIOGRAFIA

Oinarrizko bibliografia

- Cabaña, M. D., & Esparza, F. (Eds.). (2009). Compendio de cineantropometría (p. 496). Madrid: CTO Editorial.
- González Iturri, J. J. & Villegas García. J. (Eds) (1999). Valoración del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales. Pamplona: FEMEDE.
- ISAK. (n.d.). ISAK. Estándares Internacionales para la Valoración Antropométrica.
- Mora Rodríguez, R. (2009). Fisiología del deporte y el ejercicio (p. 224). Editorial Médica Panamericana.
- Reiman, M., & Manske, R. (2009). Functional Testing in Human Performance (p. 328). Champaign (IL): Human Kinetics.

Gehiago sakontzeko bibliografia

- Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G. & Mood, D.P. (2005). Measurement and evaluation in Human Performance, 3. Ed. Champaign (IL): Human Kinetics.
- Naranjo Orrellana, J., Santalla Hernández, A. & Manonelles Marqueta, P. (2013). Monografía FEMEDE nº 12: Valoración del rendimiento del deportista en el laboratorio. Barcelona: FEMEDE

Aldizkariak

- Medicine & Science in Sports & Exercise (<http://journals.lww.com/acsm-msse/pages/default.aspx>)
- Journal of Sports Sciences (<http://www.tandfonline.com/toc/rjsp20/current>)
- Journal of Strength and Conditioning Research (<http://journals.lww.com/nsca-jscr/pages/default.aspx>)

Interneteko helbide interesgarriak

- Association for Applied Sport Psychology: <https://www.appliedsportpsych.org/>
- Somatotype: <http://www.somatotype.org/index.htm>
- SportScience: <http://www.sportsci.org/>
- BrianMac Sports Coach: www.brianmac.co.uk/
- Topend Sports: the Sport & Science Resource: <http://www.topendsports.com/>

OHARRAK