

**IRAKASKUNTZA-GIDA**

2017/18

**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.

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.

Ikaskuntza-emaizak:

G019. TALDEKAKO LANAK SORTZEN, DISEINATZEN ETA BURUTZEN MODU PROAKTIBOAN PARTE HARTZEN DU, TALDEKIDEEN AURREAN ARGITASUNEZ AZALDUZ ETA AURKEZPENEAN SORTUTAKO EDOZEIN ALDERDIRI ERANTZUNEZ.

G020. ARAZOAREN JATORRIA IDENTIFIKATZEN DU, HARI KONPONBIDEA EMATEKO BEHARREZKO BALIABIDEAK BILATUZ

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

Ikaskuntza-emaizak:

1. ENTRENAMENDU-PROZESUKO FASEAK EMATEN DITU
2. KIROLETAKO ERRENDIMENDUAREN FAKTORE MUGATZAILEAK ELKAR ERLAZIONATZEN DITU
3. TALDE-KIROLETARAKO ENTRENAMENDU-SISTEMA ESPEZIFIKOAK PROPOSATZEN DITU
4. ERRENDIMENDURA BIDERATUTAKO KIROLAREN BEHAR ESPEZIFIKOAK AZTERTZEN DITU
5. TALDEKO KIROLEI DAGOZKIEN ENTRENAMENDUAREN BARNEKO EDUKIAK AURKEZTEN DITU

**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: Mintecia GA: Gelako p. GL: Laborateiko p. GO: Ordenaailuko p.  
GCL: P. klinikoak TA: Tailerra TI: Tailer Ind. GCA: Landa p.

## EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

## KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

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

## OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Ebaluaketa jarraia:  
Ebaluaketa jarraia egiteko ikasleak asistentziaren %80 bete behar du.  
G019 eta G020 Gaitasunak ahozkoan eta praktikan ebaluazioan egingo dira.  
AHOZKO AZTERKETA: %15.  
LANAK: %15.  
PRAKTIKAK (ariketak, kasuak edo buruketak) ETA DOSSIERRA: %70.

Azken ebaluaketa:  
Asistentziaren %80 betetzen ez duten ikasleentzat.  
AZTERKETA AHOZKOA: 100%

Deialdiari uko egiteko:

- Ikasleak etengabeko ebaluazioari (ebaluaketa jarraia) uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgaiaren ardura duen irakasleari eta, horretarako, bederatzi asteko epea izango du, ikastegiko eskola egutegian zehaztutakoarekin bat lauhilekoa hasten denetik kontaktzen hasita.
- Azken ebaluaketari uko egiteko nahikoa izango da azterketara ez aurkeztea.

## EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Azken ebaluaketa:  
- Ikasturtean ebaluazio jarraia egin duten ikasleei lortutako emaitza positiboak gordeko zaizkie.

AHOZKOA AZTERKETA: %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. &#8211; 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](http://www.sobreentrenamiento.com)
- [WWW.DEPORTESACICLICOS.COM](http://WWW.DEPORTESACICLICOS.COM)
- [WWW.EFDEPORTES.COM](http://WWW.EFDEPORTES.COM)
- [WWW.BALONCESTOFORMATIVO.COM](http://WWW.BALONCESTOFORMATIVO.COM)
- [WWW.PREPRAZIONAESATELTICA.IT](http://WWW.PREPRAZIONAESATELTICA.IT)
- [WWW.g-se.com](http://WWW.g-se.com)
- [www.ejerciciosdefutbol.com](http://www.ejerciciosdefutbol.com)
- [www.altorendimiento.com](http://www.altorendimiento.com)

## OHARRAK