

## GUÍA DOCENTE

2018/19

### Centro

135 - Facultad de Educación y Deporte. Sección Ciencias de la Actividad Física

### Ciclo

Indiferente

### Plan

GDEPOR10 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

### Curso

4º curso

## ASIGNATURA

25767 - Entrenamiento Deportivo Orientado a la Formación

**Créditos ECTS :** 6

## DESCRIPCIÓN Y CONTEXTUALIZACIÓN DE LA ASIGNATURA

Esta asignatura se desarrolla sobre la base de la asignatura obligatoria "Metodología del entrenamiento deportivo" para dar respuesta a la problemática de los criterios de selección de deportistas con talento y su formación a largo plazo

## COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

Competencias Transversales:

G 018 Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las CCAFD (se trabaja, evalúa y califica)

G 020 Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones y resolución de problemas, y para el aprendizaje autónomo (se trabaja, evalúa y califica)

G017, Comprender la literatura científica del ámbito de la actividad física y el deporte en las lenguas vernáculas y en otras lenguas propias de los ámbitos científico y tecnológico (se trabaja, no se evalúa)

Resultados de aprendizaje de las competencias transversales: el alumnado aprenderá a buscar, leer e interpretar bibliografía científica en inglés en el área de las ciencias del entrenamiento relacionadas con la actividad física y el ejercicio, a través de trabajos de revisión escritos. El alumnado deberá ser capaz de elaborar un proyecto en grupo y defenderlo oralmente en clase haciendo uso de las TICs apropiadas para ello.

Competencias de la titulación:

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"

Competencias de la materia:

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

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

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

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

Resultados de aprendizaje de las competencias de la titulación y de la materia: El alumnado deberá adquirir la capacidad de elaborar un proyecto de selección de atletas con talento y diseñar una planificación a largo plazo para una modalidad deportiva concreta.

## CONTENIDOS TEORICO-PRACTICOS

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

## METODOLOGÍA

Se desarrollarán los contenidos de la asignatura a través de clases magistrales. Así mismo los alumnos profundizarán en diferentes aspectos de la misma a través de trabajos por grupos y exposiciones en clase. Para la evaluación final deberán desarrollar un proyecto de detección de talentos y programación a largo plazo en un deporte/especialidad de su elección.

## TIPOS DE DOCENCIA

Tipo de Docencia	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Horas de Docencia Presencial	30		30						
Horas de Actividad No Presencial del Alumno	45		45						

**Leyenda:** M: Magistral  
GL: P. Laboratorio  
TA: Taller

S: Seminario  
GO: P. Ordenador  
TI: Taller Ind.

GA: P. de Aula  
GCL: P. Clínicas  
GCA: P. de Campo

## SISTEMAS DE EVALUACIÓN

- Sistema de evaluación final

## HERRAMIENTAS Y PORCENTAJES DE CALIFICACIÓN

- Realización de prácticas (ejercicios, casos o problemas) 20%
- Trabajos en equipo (resolución de problemas, diseño de proyectos) 70%
- Exposición de trabajos, lecturas... 10%

## CONVOCATORIA ORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Evaluación final: Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por grupos y presentación oral del mismo. Presentación de trabajos prácticos dentro del mismo grupo

En el caso de no estar integrado en ninguno de los grupos y no hacer defensa oral del proyecto éste deberá realizarse de forma INDIVIDUAL y entregado para su calificación.

Renuncia a la evaluación:

La no presentación a la prueba fijada en la fecha oficial de exámenes supondrá la renuncia automática a la convocatoria correspondiente.

## CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA: ORIENTACIONES Y RENUNCIA

Evaluación final: Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por grupos y presentación oral del mismo. Presentación de trabajos prácticos dentro del mismo grupo

En el caso de no estar integrado en ninguno de los grupos y no hacer defensa oral del proyecto éste deberá realizarse de forma INDIVIDUAL y entregado para su calificación.

Renuncia a la evaluación:

La no presentación a la prueba fijada en la fecha oficial de exámenes supondrá la renuncia automática a la convocatoria correspondiente.

## MATERIALES DE USO OBLIGATORIO

## BIBLIOGRAFIA

### Bibliografía básica

- &#8226; Blázquez, D. : La iniciación deportiva y el deporte escolar. Inde. 1995
- &#8226; Bompa, T. : Entrenamiento para jóvenes deportistas. Planificación y programas de entrenamiento para todas las etapas de crecimiento. Hispano Europea. Barcelona. 2005
- &#8226; García Manso, J.M., Navarro, M. y Ruiz, J.A. : Bases teóricas del entrenamiento deportivo. Principios y aplicaciones. Gymnos. Madrid. 1996
- &#8226; García Manso, J.M., Navarro, M. y Ruiz, J.A. : Planificación del entrenamiento deportivo. Gymnos. Madrid. 1996
- &#8226; García Manso, J.M., Campos, J., Lizaur, P., Pablo, C. : El talento deportivo. Formación de élites deportivas. Gymnos. Madrid. 2003
- &#8226; Hahn, E. : Entrenamiento con niños. Martínez Roca. Barcelona. 1984.
- &#8226; Navarro, F. : Evolución de las capacidades físicas y su entrenamiento. Master ARD. Madrid. 1995
- &#8226; Platonov, V.N. : Teoría general del entrenamiento deportivo olímpico. Paidotribo. Barcelona. 2001

## **Bibliografía de profundización**

- &#8226; Año, V.: Planificación y organización del entrenamiento juvenil. Madrid: Gymnos. 1997
- &#8226; Durand, M. : L&#8217;enfant et le sport. PUF. Paris. 2000
- &#8226; Grosser, M., Starischka, S., Zimmermann, E. : Principios del entrenamiento deportivo. Martinez Roca. Barcelona. 1988
- &#8226; García Manso, J.M. : Alto rendimiento deportivo. La adaptación y la excelencia deportiva. Gymnos. Madrid. 1999
- &#8226; Matveiev, L. : El proceso del entrenamiento deportivo. Stadium. Buenos Aires. 1982
- &#8226; Verjoshanski, I.V. : Entrenamiento deportivo. Planificación y programación. Martinez Roca. Barcelona. 1990
- &#8226; Zanatta, A. : La orientación deportiva en el niño. Instituto Bonaerense del deporte. 1995

## **Revistas**

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

## **Direcciones de internet de interés**

- 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>

## **OBSERVACIONES**