

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

25767 - Prestakuntzara Zuzendutako Kirol Entrenamendua

ECTS kredituak: 6

IRAKASGAIAREN AZALPENA ETA TESTUINGURUA ZEHAZTEA

GAITASUNAK / IRAKASGAIA IKASTEAREN EMAITZAK

G 022 "Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional"
 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"

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

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

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

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

EDUKI TEORIKO-PRAKTIKOAK

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

METODOLOGIA

IRAKASKUNTZA MOTAK

Eskola mota	M	S	GA	GL	GO	GCL	TA	TI	GCA
Ikasgelako eskola-orduak	30		30						
Ikaslearen ikasgelaz kanpoko jardueren ord.	45		45						

Legenda: M: Magistrala S: Mintedia GA: Gelako p. GL: Laboradako p. GO: Ordenadailuko p.
 GCL: P. klinikoak TA: Taller Ind. TI: Taller Ind. GCA: Landa p.

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

- Ahozko defentsa %
- Talde lanak (arazoaren ebatzenak, proiektuen diseinuak) %
- Lanen, irakurketen... aurkezpena %

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

Elaboración de un proyecto de selección y planificación a largo plazo de deportistas con talento en un deporte determinado. Realización por parejas y presentación oral del mismo (100%)

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

BIBLIOGRAFIA

Oinarrizko bibliografia

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

Gehiago sakontzeko bibliografia

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

Aldizkariak

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

Interneteko helbide interesgarriak

- 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>

OHARRAK