

IRAKASKUNTZA-GIDA

2020/21

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 profilak 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 baina ez da ebaluatzen)

* Ikaskuntza emaitzak: Ikaslea kalitate profesionaleko emaitza-txostenak sortzeko gai izango da.

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

G017. Jarduera fisikoaren eta kirolaren arloko literatura zientifikoa ulertzea, bertako hizkuntzetan eta zientziaren eta teknologiaren esparruan erabiltzen diren beste hizkuntza batzuetan.(Lantzen da baina ez da ebaluatzen)

* Ikaskuntza emaitzak: Ikaslea kirol errendimenduaren baloraziora aplikatutako ingelesezko terminología eta literatura espezifikoa ulertzeko gai izango da.

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.

CONTENIDOS TEÓRICO-PRÁCTICOS

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: oreka eta koordinazioa.

3. GAI MULTZOA: Balorazio fisiologikoa.

-Gaitasun aerobikoaren balorazioa.

-Gaitasun anaerobikoaren balorazioa.

- Atalase anaerobikoaren balorazioa.
 - Efizientzia eta ekonomiaren balorazioa.
4. GAI MULTZOA: Balorazio biomekanikoa.
- Kirol teknikaren balorazioa: azterketa zinetiko eta zinematikoak.
5. GAI MULTZOA: Balorazio psikologikoa.
6. GAI MULTZOA: Balorazio biologikoa.
- Kirol errendimendurako biomarkatzaileak eta odol analisiak.
 - Bihotz maiztasunaren aldakortasuna.

METODOLOGIA

Eskola MAGISTRALETAN irakasgaiaren eduki teorikoak aurkeztuko dira.

GELAKO eta LABORATEGIKO PRAKTIKETAN era praktikoa 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					
Horas de Actividad No Presencial del Alumno/a	37,5		15	15					

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

EBALUAZIO-SISTEMAK

- Ebaluazio jarraituaren sistema
- Azken ebaluazioaren sistema

KALIFIKAZIOKO TRESNAK ETA EHUNEKOAK

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

OHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

- Ebaluazioan irakasgaiaren ikusitako gaiak soilik sartuko dira.
- Ohiko deialdian irakasgaia gainditzeko, ebaluazioa bi eratarik egin ahal izango da: etengabeko ebaluazioa eta azken ebaluazioa.
- Bai Etengabeko zein Azken Ebaluazioan, ebaluazioa eta ikasketen ohiko printzipio etikoen urratzeak azken nota 0 izatea ekarriko du.

-ETENGABEKO EBALUAZIOA
TEST: azken notaren %70a. 30 GALDERA. PUNTUAZIOA: Erantzun zuzenaren balioa +1/30, Erantzun ez zuzenaren balioa -0.33/30.
PRAKTIKAK: Azken notaren %30a.

Irakasgaia gainditzeko, azken nota (testaren eta praktiken batzbestekoa) 5 bat edo altuagoa izan beharko da.

1. Etengabeko ebaluazioa da UPV/EHU nagusiki erabili beharreko ebaluazio sistema.
2. Ikasle orok badu etengabeko ebaluazioan parte hartzeko eskubidea.

-AZKEN EBALUAZIOA:
TEST: azken notaren %100a. 30 GALDERA. PUNTUAZIOA: Erantzun zuzenaren balioa +1/30, Erantzun ez zuzenaren balioa -0.25/30.
Irakasgaia gainditzeko, azken nota 5 bat edo altuagoa izan beharko da.

- 1- Ikasleek eskubidea izango dute azken ebaluazio bidez ebaluatuak izateko, etengabeko ebaluazioan parte hartu zein ez hartu.
- 2- Eskubide hori baliatzeko, ikasleak etengabeko ebaluazioari uko egiten diola jasotzen duen idatzi bat aurkeztu beharko dio irakasgaiaren ardura duen irakasleari eta, horretarako, bederatzi asteko epea izango du lauhilekoko irakasgaien kasuan edo 18 astekoa urteko irakasgaienean.
- 3-Etengabeko ebaluazioari uko egiteko idatzia aurkezteko, inprimaki ofiziala (Fakultateko webgunean eskuragarri) edo irakasleei posta elektronikoaren bitartez erabiliko da.
- 4-Ikasleak aipatutako epeetan etengabeko ebaluazioari uko egiten diola jakinarazi ezean, etengabeko ebaluazioaren sisteman jarraitzen duela ulertzen da.

DEIALDIARI UKO EGITEA:

- 1.- Deialdiari uko egiten dioten ikasleek «aurkezteke» kalifikazioa jasoko dute.
 - 2.- Etengabeko ebaluazioaren kasuan, deialdiari uko egin nahi dioten ikasleek kasuan kasuko irakasgaiaren irakaskuntza aldia bukatu baino, gutxienez, hilabete lehenago egin beharko dute eskaria. Eskari hori idatziz aurkeztu beharko zaio irakasgaiaren ardura duen irakasleari.
 - 3.- Azken ebaluazioaren kasuan, azterketa egun ofizialean egin beharreko probara ez aurkezte hutsak ekarriko du automatikoki kasuan kasuko deialdiari uko egitea.
- Ebaluazioa eta ikasketen ohiko printzipio etikoen urratzea eginez gero, kalifikazioa ZEROz izango da (0.0 - SUSPENTSOA).
 - Ebaluazioa ez prezentziala egin beharko balitz, antolaketa-egokitzapenak egingo dira 2020-2021 Irakaskuntzarako Egokitzapen Planaren gomendioei jarraituz eta dagokien egutegi eta egitarauan (<https://www.ehu.eus/eu/ehu-edonondik/ebaluazioa>).

EZOHIKO DEIALDIA: ORIENTAZIOAK ETA UKO EGITEA

- TEST: azken notaren %100a. 30 GALDERA. PUNTUAZIOA: Erantzun zuzenaren balioa +1/30, Erantzun ez zuzenaren balioa -0.33/30.
- Irakasgaia gainditzeko, azken nota 5 bat edo altuagoa izan beharko da.
- Irakasgaia ohiko deialdian gainditzen ez duten ikasleek, hautatutako ebaluazio sistema gorabehera, eskubidea izango dute ezohiko deialdiko azken ebaluazioko probaosatzen duten azterketa eta jardueretara aurkezteko.
 - Etengabeko ebaluazioa jarraitu duten ikasleek, ikasturtean zehar eskuratutako emaitza positiboak gordetzeko aukera izango dute eta ohiko deialdiko ebaluazio irizpideak mantenduko dira. Ikasleek, aukera izango dute deialdiari uko egiteko, horretarako, ebaluazioko probaosatzen duten azterketara edota burutu beharreko zereginak ez aurkeztea nahikoa izango da.
 - Azken ebaluazio sistema aukeratu duten ikasleentzat, ohiko deialdiko ebaluazio irizpideak mantenduko dira. Ikasleek, aukera izango dute deialdiari uko egiteko, horretarako, azterketa egun ofizialean egin beharreko probara ez aurkezte hutsak ekarriko du automatikoki kasuan kasuko deialdiari uko egitea.
 - Deialdiari uko egiten dioten ikasleek "aurkezteke" kalifikazioa jasoko dute.
 - Ebaluazioa eta ikasketen ohiko printzipio etikoen urratzea eginez gero, kalifikazioa ZEROz izango da (0.0 - SUSPENTSOA).

NAHITAEZ ERABILI BEHARREKO MATERIALAK

Irakasgai honetan derrigorrezkoa izango da eGela plataforma erabiltzea.

BIBLIOGRAFÍA

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). Valoracion del deportista. Aspectos biomédicos y funcionales. Pamplona: FEMEDE.
- ISAK. (n.d.). ISAK. Estándares Internacionales para la Valoracion 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/
- Tepend Sports: the Sport & Science Resource: <http://www.topendsports.com/>

OHARRAK