



PROGRAMAS DE ASIGNATURAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE (INEF)

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: CUANTIFICACIÓN DE LAS CARGAS EN EL ENTRENAMIENTO DE LOS DEPORTES DE EQUIPO

CRÉDITOS: 4

CURSO EN EL QUE SE IMPARTE: 4º

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA (TR., OBL., OP., L.E.): OPTATIVA

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

La complejidad del análisis de los deportes de equipo hace que la problemática se aborde desde una perspectiva multidimensional. Hasta ahora se ha abordado este tipo de deportes desde una óptica compartimental sin analizar las transferencias de unos aspectos a otros. Es objetivo fundamental de esta asignatura intentar compilar y analizar la globalidad de la carga física y conceptual de los deportes de equipo.

OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

Identificar y analizar las características del esfuerzo en los deportes de equipo.

Desarrollar métodos de obtención de datos en relación al esfuerzo físico.

Adquirir los conocimientos adecuados para la interpretación de los datos del esfuerzo.

Contemplar los aspectos relacionados con la complejidad perceptiva, decisional y ejecutiva de las acciones deportivas.

Establecer criterios para la cuantificación de los elementos de la complejidad de la acción de juego.

DISTRIBUCIÓN DE LOS CONTENIDOS EN BLOQUES DIDÁCTICOS SEÑALANDO (usar solo los apartados necesarios del formulario):

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 1^{ER} BLOQUE :

Determinar el concepto de carga en deportes no continuos.

Establecer la importancia de los diferentes indicadores del esfuerzo por especialidades deportivas.

Presentación y realización de propuestas prácticas de tecnologías aplicadas a análisis del esfuerzo.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

Tema **El concepto de carga en deportes colectivos.**

Tema **Indicadores del esfuerzo en deportes de equipo.**

Tema **Utilización de nuevas tecnologías en el análisis de la carga en deportes de equipo.**

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

BUCH, J.; MENDEZ, D. Determinación de las cargas fisiológicas y tácticas en el rugby por ala elaboración de las secuencias de entrenamiento específica. Escuela Nacional de entrenadores, 6, 1-15. 1994.

HIGGS, S.L.; RIDDELL, J.; BARR, D. (1982). The importance of $\dot{V}O_2$ max in performance in basketball game-simulated work task. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*. 7, 237.

HILL, A.V. (1924). Muscular exercise, lactic acid and the supply and utilization of oxygen. *Proc. R. Soc. London*. 96-348.

IBÁÑEZ, S.J. (1992). Optimización del entrenamiento del jugador de baloncesto mediante el empleo de sport tester. Congreso científico olímpico.

VAQUERA, A.; GARCÍA, J.; VILLA, J.G.; PAZ, J.A. (1999). Influencia de la fatiga progresiva en las acciones técnicas y en los requerimientos físicos específicos del baloncesto. VII Congreso de la Federación Española de Medicina del deporte. 583.

VERMA, S.; MAHINDROO, S.; KANSAL, K. (1979). The maximal anaerobic of hard physical training on certain physiological and morphological parameters of basketball players. *Journal of Sport Medicine*. 18, 379-384.

WINKLER, W. (1992). Computer/video analysis in German soccer. First World Congress of Notational Analysis of Sport (abstracts). 1. Liverpool. Noviembre, 22-25.



WITHERS, R.; ROBERTS, R.; DAVIES, G. (1977). The maximum aerobic power, anaerobic power and body composition of South Australian male athletes in athletics, basketball, field hockey and soccer. *Journal of Sport Medicine*. 17, 391-400.

ZARAGOZA, J. (1996). Análisis de la actividad competitiva en baloncesto. *RED*. X, 2, 21-25.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 2º BLOQUE :**

Establecer los principios de la determinación de la acción en los deportes de equipo.

Establecer la categorización de la dificultad en competición y entrenamiento.

Construcción de mapas de decisión en los deportes de equipo.

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema **Procesos mentales en la toma de decisión.**

Tema **Teorías del control motor.**

Tema **Categorización de la dificultad en función de la ejecución, percepción y decisión**

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

ABERNETHY, B. (1988). The effects of age and expertise upon perceptual skill development in a racket sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 59, 210-221.

ÁLAMO, J.M. (1996). Las conductas motrices en Balonmano: Estudio comparativo entre puestos específicos. *RED*. X, 1, 31-36.

ANGUERA, Mª. T. (1983). Manual práctico de observación. Trillas. Méjico.

ANTON, J.L. (1990). Balonmano. Madrid. Gymnos.

RUIZ, L.M. Y SÁNCHEZ, F. (1997). Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes. Madrid. Gymnos.

SAMPEDRO, J. (1997). Fútbol Sala. Las Acciones de Juego. Madrid. Gymnos.

SAMPEDRO, J. (1999). Fundamentos de la Táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Madrid. Gymnos.

SÁNCHEZ, F. (2000). Deportes de equipo: análisis funcional, evaluación y aprendizaje de la táctica. Master en Alto Rendimiento Deportivo. C.O.E. – U.A.M. Madrid.

SINGER, R. (1980). Motor learning and human performance. Nueva York. McMillan.

THORPE, R. y BUNKER, D. (1983). A new approach to the teaching of games in physical education curriculum. En VVAA Teaching Team Sports. Roma: AIESEP, 229-238.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 3º BLOQUE :**

Establecimiento de los aspectos básicos en el entrenamiento de los deportes de equipo.

Estimación de la importancia de la anticipación como indicador de rendimiento en deportes de equipo.

Aproximación para el entrenamiento y aprendizaje de la anticipación deportiva.

Desarrollo de mapas conceptuales de posibilidades de decisión en los deportes de equipo.

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema **La anticipación deportiva. Memoria y conocimiento.**

Tema **Elaboración de mapas estratégicos de decisión en juego.**

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

ALVARO, J. (1997). El entrenamiento específico de los deportes de equipo y su incidencia en el rendimiento. Máster de Alto Rendimiento Deportivo. Madrid. C.O.E. y U.A.M.

RUIZ PÉREZ, L.M. (1995). Competencia motriz. Elementos para comprender el aprendizaje motor en Educación Física Escolar. Gymnos. Madrid.

SAMPEDRO, J.; MORAL, L. (1992). Experiencia piloto para el conocimiento y ajuste de las cargas del entrenamiento. *AEEB. CLINIC*, 19, 29-30.

SAMPEDRO, J. (1997). Análisis praxológico de los deportes de equipo. Madrid. T.D. U.P.M.

SAMPEDRO, J. (1999). Fundamentos de la Táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Madrid. Gymnos.

SAMPEDRO, J. Otros. (1996). Aprendizaje Deportivo. Murcia. Universidad de Murcia.



SÁNCHEZ BAÑUELOS, F.; RUIZ, L.M. (2000). Optimización del aprendizaje de la técnica. Máster de Alto Rendimiento Deportivo. Madrid. C.O.E. – U.A.M.

SÁNCHEZ, F. (2000). Deportes de equipo: análisis funcional, evaluación y aprendizaje de la táctica. Master en Alto Rendimiento Deportivo. C.O.E. – U.A.M. Madrid.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 4º BLOQUE :**

Establecer nuevas líneas de investigación y propuestas para la optimización del rendimiento

- **DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):**

Tema Presentación e innovación de programas de entrenamiento.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

EVALUACIÓN, ESPECIFICANDO:

- **TIPO DE EVALUACIÓN:**

En la evaluación final se tendrá en cuenta:

Participación, exposición y elaboración conjunta de presentaciones de temas propuestos en las clases presenciales y trabajos de grupo.

Trabajo de investigación sobre la materia.

Exámenes escritos.

- **EXÁMENES FINALES, INDICANDO CONTENIDOS Y CONDICIONES DE REALIZACIÓN (LA FECHA LA MARCARÁ JEFATURA DE ESTUDIOS)**

Contenidos: teóricos y prácticos

Condiciones realización: Exámenes escritos sobre los contenidos de la materia y conferencias impartidas.

- **SISTEMA DE CALIFICACIÓN:**

Numérico de 0 a 10

- **BIBLIOGRAFÍA GENERAL:**

Abernethy, B.; Russell, D.G. Expert-novice differences in an applied selective attention task. *Journal of Sport Psychology*, 9, 326-345. 1987.

Astrand, P.O. Cuantificación de la capacidad de esfuerzo y evaluación e la capacidad física en el hombre. *P.E.C.*; 17. 76-106. 1977.

Bayer, C. La enseñanza de los juegos deportivos colectivos. *Hispano Europea*. 1986. Barcelona.

Buch, J.; Mendez, D. Determinación de las cargas fisiológicas y tácticas en el rugby par ala elaboración de las secuencias de entrenamiento especifica. *Escuela Nacional de entrenadores*, 6, 1-15. 1994.

Dufour, J. Futbol. La reflexión táctica. *RED*. Vol IV. 1,22-30. 1989.

Hernández, J. Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. *Inde*. 1994. Barcelona.

Lasiera, G. Aproximación a una propuesta de aprendizaje de los elementos tácticos individuales en los deportes de equipo. *Apunts. Educación física y deportes*. 24, 59-68. 1990

Malho, F. La acción táctica en el juego. *La Habana*.1981.

McPherson, S. Knowledge representation and decision-making in sport. *Cognitive issues in motor expertise*. 159-188. Starkes and F. Allard (eds). Amsterdam. Elsevier Science Publ. B.V. 1993.

Parlebas, P. Elementos de sociología del deporte. *Junta de Andalucía*. 1988. Málaga.

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. 1991.