



PROGRAMAS DE ASIGNATURAS

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

NOMBRE DE LA ASIGNATURA: OPTIMIZACIÓN DEL APRENDIZAJE DEPORTIVO

CRÉDITOS: 4

CURSO EN EL QUE SE IMPARTE: 5º

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

PRESENTACIÓN DE LA ASIGNATURA:

El término optimización es de reciente uso en el ámbito del aprendizaje y aún lo es mucho más entre los profesionales del deporte. Sin embargo, los altos niveles de rendimiento que hoy en día se exigen en el deporte, fundamentalmente en el llamado de alta competición, solo pueden ser alcanzados si se conocen con precisión todos los parámetros que concurren en las complejas acciones que constituyen la conducta deportiva y se establece un adecuado control de dichas variables con vistas a obtener los mejores resultados.

Para lograr la optimización del aprendizaje deportivo es preciso analizar el complejo entramado perceptivo-motor que es el atleta, los procesos cognitivos que le van a permitir reproducir la técnica, la táctica y la estrategia de una modalidad deportiva para, posteriormente, elaborar nuevas conductas motrices adaptadas a sus cualidades físicas y psíquicas y al entorno en el que se desarrolle su actividad deportiva, y los mecanismos biológicos que sustentan la necesaria adaptación al esfuerzo. Es preciso, sobre todo, realizar una reflexión profunda sobre cuál debe ser la combinación idónea de todos los elementos que concurren para concluir con el mejor aprendizaje y el máximo rendimiento.

En resumen, optimizar el aprendizaje deportivo requiere, inevitablemente, mejorar independientemente todos los procesos que en dicho aprendizaje concurren y, además, hallar la mejor combinación posible para su relación con el fin de obtener el máximo de eficiencia de las conductas motrices específicas de un deporte. El óptimo rendimiento deportivo sólo es posible cuando el deportista es capaz de gestionar adecuadamente sus recursos cognitivos y motrices en cada situación deportiva.



OBJETIVOS GENERALES DE LA ASIGNATURA:

- Analizar los procesos que sustentan el aprendizaje motor y los factores que intervienen en la mejora de dichos procesos.
- Conocer y comparar las estrategias de aprendizaje que son utilizadas para la adquisición de conductas motrices complejas.
- Conocer y analizar las técnicas de enseñanza-aprendizaje que son utilizadas para la adquisición de la técnica, la táctica y la estrategia deportiva.
- Conocer y aplicar instrumentos de medición de las capacidades humanas que están involucradas en el aprendizaje motor.

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

1^{ER} BLOQUE : Conceptos básicos y terminología relacionada con la optimización del aprendizaje deportivo.

- OBJETIVOS ESPECÍFICOS DEL 1^{ER} BLOQUE:

- Introducción al contenido de la asignatura.
- Conocimiento de conceptos y términos relacionados con los contenidos de la asignatura.
- Conocer y analizar los factores que inciden en el aprendizaje deportivo.
- Conocer y analizar los factores que condicionan la optimización del aprendizaje.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

- TEMA 1. Optimizar y optimización en las Ciencias del deporte.
- TEMA 2. Aprendizaje: características, enfoques y atributos del aprendizaje motor.
- TEMA 3. Técnica y técnica deportiva. Análisis técnico en el deporte.
- TEMA 4. Rendimiento, rendimiento deportivo y alto rendimiento deportivo.
- TEMA 5. Factores que determinan el rendimiento deportivo en los distintos deportes.
- TEMA 6. Optimizar el aprendizaje de los deportes: perspectiva del entrenador y perspectiva del deportista.



TEMA 7. Optimizar el aprendizaje deportivo en las distintas fases de la carrera deportiva.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

BELTRÁN LLERA, J. A. (1993) **Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje**. Madrid: Síntesis, S.A.

DOSIL, J. (2001). **Psicología y deporte de iniciación**. Orense: Eciones GERSAN.

LAROUSSE (1990). **Gran Enciclopedia Larousse**. Barcelona: Planeta, S.A.

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

UNISPORT. (1992). **Diccionario de las Ciencias del Deporte**. Málaga: Unisport, Junta de Andalucía.

2º BLOQUE : Los elementos del aprendizaje motor y el control de las acciones deportivas.

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

- Analizar los procesos cognitivos que participan en el aprendizaje.
- Conocer los procesos cognitivos que condicionan el aprendizaje deportivo.
- Conocer las características del aprendizaje motor desde la perspectiva de la optimización.
- Analizar las distintas formas de intervención para optimizar los procesos cognitivos en el aprendizaje motor.

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

TEMA 1. El procesador y los procesos.

TEMA 2. Las estrategias y los estilos de aprendizaje.

TEMA 3. Los contenidos del aprendizaje motor.

TEMA 4. El control de las acciones deportivas y el aprendizaje motor.

TEMA 5. La optimización de los procesos cognitivos en el aprendizaje deportivo.

- **BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:**

BELTRÁN LLERA, J. A. (1993) **Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje**. Madrid: Síntesis, S.A.

OÑA SICILIA, A. Y OTROS. (1999) **Control y aprendizaje motor**. Madrid: Síntesis, S.A.

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

3ER BLOQUE : La inteligencia específica para las acciones motrices. La inteligencia motriz.

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



- Conocer el concepto actual de inteligencia y las teorías sobre los tipos de inteligencia.
- Analizar las características de la inteligencia específica para las acciones motrices y el concepto de inteligencia motriz.
- Conocer los factores que condicionan la inteligencia motriz: cognitivos, físico-funcionales, afectivo-emocionales, deportivos y socio-familiares.
- Conocer los sistemas de detección y desarrollo de la inteligencia motriz.

- DISTRIBUCIÓN DE CONTENIDOS (TEMAS DEL BLOQUE):

- TEMA 1. El concepto actual de inteligencia. La teoría de las inteligencias múltiples.
- TEMA 2. La inteligencia motriz: concepto, características y manifestaciones.
- TEMA 3. Factores que condicionan la inteligencia motriz.
- TEMA 4. Detección y desarrollo de la inteligencia motriz: instrumentos de medición de y programas de intervención.

- BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA DEL BLOQUE:

- ALFARO, E. (2002). **Altas capacidades motrices: atención y desarrollo**. En Revista Pedagógica ADAL, nº 6. Págs. 12-20. Madrid: Asociación del profesorado ADAL.
- BLÁZQUEZ SÁNCHEZ, D. (1992). **Evaluar en Educación Física**. INDE Publicaciones: Barcelona.
- CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES (1996). **Indicadores para la detección de talentos deportivos**. ICD, nº 3 Consejo superior de deportes: Madrid.
- GEORGE, J. D., FISHER, A.G. y VEHRIS, P. R. (1996) **Test y pruebas físicas**. Paidotribo: Barcelona.
- HAAG, H y DASSEL, H. (1995). **Test de la condición física**. Hispano europea: Barcelona.
- MARELIM, H. Trad. Española: TOURON, J. (1983). **Los tests en la educación**. CUNSA: Pamplona.
- RUIZ, L.M. y SÁNCHEZ, F. (1997). **Rendimiento Deportivo. Claves para la Optimización de los Aprendizajes**. Gymnos: Barcelona.

EVALUACIÓN, ESPECIFICANDO:

- TIPO DE EVALUACIÓN:

Continua, mediante asistencia a clase y presentación oral y escrita de trabajos monográficos sobre temas relacionados con los contenidos de la asignatura.



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

Contenidos: Trabajos monográficos elaborados y expuestos durante el curso.

Condiciones realización:

Convocatoria de Junio: Presentación escrita de los trabajos monográficos elaborados y expuestos durante el curso.

Convocatoria de Septiembre: Presentación oral y escrita de los trabajos monográficos elaborados durante el curso.

- **SISTEMA DE CALIFICACIÓN:**

Convocatoria de Junio:

Asistencia: 30%

Presentación oral de trabajos: 30%

Presentación escrita de trabajos: 40%

Convocatoria de Septiembre:

Presentación oral de trabajos: 50%

Presentación escrita de trabajos: 50%

- **BIBLIOGRAFÍA GENERAL:**

ALFARO, E. (2002). **Altas capacidades motrices: atención y desarrollo.** En Revista Pedagógica ADAL, nº 6. Págs. 12-20. Madrid: Asociación del profesorado ADAL.

ALVAREZ DEL VILLAR, C. (1995) **Atletismo básico: una orientación pedagógica.** Madrid, Gymnos.

BALAGUER, I. (1994) **Entrenamiento psicológico en el deporte.** Valencia, Albatros.

BANDURA, R. (1986) **Pensamiento y acción.** Barcelona, Martínez Roca.

BELTRÁN, J. (1993) **Procesos, estrategias y técnicas de aprendizaje.** Madrid, Síntesis.

BERNSTEIN, R. (1986) **Advances in Psychology.** Netherlands: H.T.A. Whiting.

BLÁZQUEZ, D. (1992) **Evaluar en Educación Física.** INDE Publicaciones:Barcelona.

CRATTY, B.J. (1979) **Motricidad y psiquismo en educación y deporte.** Valladolid, Miñón.

CRATTY, B.J. (1986) **Perceptual and motor development in infants and children.** New Jersey,



Prentice Hall. 3ª edition.

CRUZ, J. (1997) **Psicología del Deporte**. Madrid: Síntesis.

CHICHARRO, J.L. y otros. (2002). **El desarrollo y el rendimiento deportivo**. Madrid: GYMNOS.

DOSIL, J. (2001). **Psicología y deporte de iniciación**. Orense: Eciones GERSAN.

DOSIL, J. (2001). **Aproximación a la Psicología del Deporte**. Orense: Ediciones GERSAN.

FAMOSE, J.P. (1993). **Aprendizaje motor y dificultad de la tarea**. Barcelona, Paidotribo.

FAMOSE, J.P. Y DURAND, M (1988). **Aptitudes et performance motrice**. París, Revue EPS.

FARFEL, V.S. (1988). **Il controllo dei movimenti sportivi**. Roma, Società Stampa Sportiva.

GABBARD, C.P. (1992) **Lifelong motor development**. London, Brown and Benchmark. 2ª edition.

GAGNE, R. (1977) **The conditions of learning**. New York, Holt, Rineart and Winston, 3ª edi.

GAGNE, R. Y BRIGGS, E.(1974). **Principles of instructional design**. New York, Holt, Rineart and Winston.

GALLAHUE, D. (1989). **Understanding motor development. Infants, Children, Adolescents**. Indianapolis, Benchmark.

GROSSER, M. Y OTROS (1991) **El movimiento deportivo**. Barcelona: Martínez Roca.

HANN, E. (1988). **Entrenamiento con niños**. Barcelona, Martínez Roca.

HAYWOOD, K.M. (1986) **Life span motor development**. Champaign, Human Kinetics.

ISMAIL, A.H. y Gruber, J. (1967) **Integrated Development: Motor Aptitude and Intellectual Performance**. Ohio (USA), Merrill Books.

KEOGH, J. Y SUDJEN, D. (1985). **Movement skill development**. New York, Macmillan.

KNAPP, B. (1963) **La habilidad en el deporte**. Valladolid, Miñón.

MORENO, J.A. Y RODRÍGUEZ, P.L. (1996). **Aprendizaje deportivo**. Universidad de Murcia.

OÑA, A. (1994). **Comportamiento Motor Bases psicológicas del movimiento humano**. Universidad de Granada. Granada.

OÑA, A. (1999) **Control y aprendizaje motor**. Madrid, Síntesis.

RIGAL, R. (1987) **Motricidad humana: fundamentos y aplicaciones pedagógicas**. Madrid, Pila Teleña

RUIZ, L.M. (1995) **Competencia motriz. Elementos para comprender el proceso de aprendizaje motor en educación física escolar**. Madrid.Gymnos.

RUIZ, L.M. Y SÁNCHEZ, F. (1997) **Rendimiento deportivo**. Madrid, Gymnos.

SINGER, R. **El aprendizaje de las acciones motrices en el deporte**. Barcelona, Hispano-Europea.

STERNBERG, R. (1987) **Inteligencia humana**. Barcelona, Paidós.

LE CAMUS, J. (1988). **Les origines de la motricité chez l'enfant**. París. PUF.

LEÓN, O. Y MONTERO, I. (1994). **Diseños de investigaciones**. Madrid, McGraw-Hill.

LORENZO, J. (1996) **El entrenamiento psicológico en los deportes**. Madrid: Biblioteca Nueva.



- MALINA, R. Y BOUCHARD, C. (1991). **Growt, maturation and physical activity**. Campaign, HUMAN KINETICS.
- PÉREZ, L., DOMÍNGUEZ, P., LÓPEZ, C. Y ALFARO, E. (2000). **Educar hijos inteligentes**. Madrid. CEEP.
- ROBERTS, G.C. Y OTROS. (1986) **Learning experiences in Sport Psychology**. Illinois: Human Kinetics publishers.
- SPIRDUSO, W. (1995). **Physical dimensions of aging**. Champaign, Human Kinetics.
- TANNER, J.M. (1978). **Fetus into man. Physical growt from conception to maturity**. Cambridge, Harvard University Press.
- TUTKO, T. Y RICHARDS, J.W. (1984) **Psicología del entrenamiento deportivo**. Madrid: Augusto. Unisport Andalucía. (1992) **Diccionario de Ciencias del Deporte**. Málaga.
- V.V.A.A. (1989). **Entrenamiento deportivo en la edad escolar**. Málaga, Unisport.
- WADE, M. Y WHITING, H.T.A. (1986). **Motor development children: Aspects of coordination and control**. Amsterdam, M. Nijhoff.
- WEINBERG, R.S. Y GOULD, D (1996) **Fundamentos de Psicología del Deporte y el ejercicio físico**. Barcelona: Ariel Psicología.
- WILLIAMS, J.M. (1991) **Psicología aplicada al deporte**. Madrid: Biblioteca Nueva.
- ZAICHKOWSKY, L.D., ZAICHKOWSKY, L.B. Y MARTINEK, T. (1980). **Growt and development. The child and the physical activity**. St. Louis, The C. Mosby Co.

Revistas.

- Apunts de Educación Física.
- Educación Física; Teoría y Práctica.
- Education Physique et Sport.
- FAISCA
- Human Kinetics
- Journal of Motor Behavior.
- Journal of Human Movement Studies.
- Motricidad: Revista Euro-Americana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
- Revista Española de Educación Física y Deportes.
- Revista de Psicología del Deporte
- Revista de Psicología General y Aplicada.
- Research Quarterly for Exercise and Sport.