

PROGRAMA DOCENTE ESCUELA UNIVERSITARIA DE OSUNA

TITULACIÓN: GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

CURSO ACADÉMICO: 2022/23

DATOS DE ASIGNATURA

Código y Nombre: 5520048 Prácticas de Rendimiento Deportivo	
Tipo: OPTATIVA	
Curso: CUARTO	Periodo de Impartición: SEGUNDO CUATRIMESTRE
Créditos: 6	Horas: 150
Área: EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA	
Departamento: MOTRICIDAD HUMANA Y RENDIMIENTO DEPORTIVO	

PROFESOR/ES Y TUTORÍA/S

Juan Antonio Vázquez Diz	juanantoniovd@euosuna.org
Lunes	de 10:00 a 11:00

1. OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

OBJETIVOS:

OBJETIVOS DE LOS CONTENIDOS TEÓRICOS; CENTRADOS EN EL APRENDIZAJE DE ORIENTACIÓN TEÓRICA (CONCEPTUAL):

1. El profesor guiará al alumnado para Adquirir y utilizar un vocabulario científico que permita expresar con rigor las ideas propias del campo del Entrenamiento Deportivo.
2. Conocer conceptos, fundamentos y aplicaciones sobre las que ha ido formulándose la disciplina del Entrenamiento Deportivo.
3. Conocer y analizar el cuerpo práctico que constituyen el contenido de la disciplina.
4. El profesorado guiará al alumnado para conocer y utilizar diferentes medios de análisis y evaluación del proceso implicado en la Entrenamiento Deportivo para su continua revisión y rediseño.
5. Plantear y resolver problemas extraídos de la teoría y de la práctica, llegando a usarse esquemas de resolución no conocidos basados en los fundamentos conocidos.
7. Adquirir el conocimiento de los medios y elementos con los que se cuenta en el entrenamiento deportivo, estudiando los principios de actuación así como los medios de los que se dispone.
8. Justificar actuaciones sobre la base de las aportaciones científicas dentro de la Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo en distintos núcleos de población.
9. Crear, elaborar y diseñar métodos y estrategias de actuación generales sin ceñirse a cánones o tópicos en un intento de adaptarlas cumpliendo las leyes y principios propios de



este ámbito de estudio.

10. Conocer las distintas aplicaciones informáticas necesarias para actuar de manera eficaz en el proceso de entrenamiento.

OBJETIVOS DE LOS CONTENIDOS PRÁCTICOS; CENTRADOS EN EL APRENDIZAJE DE ORIENTACIÓN PRÁCTICA (PROCEDIMENTAL):

1. El profesorado guiará al alumnado para vivenciar las tareas y las técnicas generales de intervención en el complejo proceso del Entrenamiento Deportivo.
2. Experimentar los procesos llevados a cabo para la organización de las distintas estructuras de entrenamiento.
3. El/la estudiante debe familiarizarse de forma teórico/práctica con las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC.) para su aplicación en el desarrollo de la asignatura.
4. El profesorado guiará al alumnado para manejar y experimentar las aplicaciones informáticas utilizadas en el proceso enseñanza y aprendizaje on-line (Plataforma digital BlackBoard).

OBJETIVOS CENTRADOS EN EL APRENDIZAJE DE ORIENTACIÓN ACTITUDINAL:

1. Valorar y analizar los fundamentos esenciales de la evaluación para el control del proceso de entrenamiento.
2. El profesorado guiará al alumnado para adquirir actitudes favorables hacia la participación e implicación en el desarrollo de la preparación deportiva y hacia la colaboración como pauta de relación profesional.
3. Utilizar estrategias de comunicación, interacción y de trabajo con deportistas y con equipo interprofesional relativas a los campos específicos de actuación deportiva.
4. Adquirir una actitud de apertura, valoración positiva y de aportación en el ámbito deportivo.
5. Ser conscientes de las creencias, sentimientos y valores existentes en el campo específico de la actividad física y el deporte para abordarlos desde perspectivas científicas y educativas.

COMPETENCIAS:

Competencias específicas:

- B1. Abordar la actividad física y el deporte desde una perspectiva científica y educativa, aplicando medios y métodos innovadores en los diferentes contextos en los que el/la profesional pueda ejercer su labor.
- B2. Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la educación física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas.
- B6. Promover y desarrollar, a través de la educación física, la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de actividad física y deporte entre los diferentes sectores de la población.
- B7. Evaluar la condición física saludable y prescribir programas y actuaciones adecuadas para su mejora, evitando prácticas desaconsejadas o nocivas para las personas participantes.
- B8. Planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento deportivo en sus distintos niveles y ámbitos.
- B9. Dirigir y/o gestionar organizaciones, entidades, instalaciones y eventos deportivos de forma individual o en conjunto con diferentes profesionales.
- B10. Hacer un uso apropiado del espacio, material y equipamiento deportivo y adaptarlos convenientemente a cada actividad o circunstancia.
- B11. Saber cuál es la organización y estructura del deporte en sus diferentes niveles y ámbitos, actuando según la legislación correspondiente.
- B12. Emplear la educación física y el deporte como medios en la formación en valores,



tanto en el contexto educativo como en cualquier otro en el que el/la profesional pueda ejercer su labor.

Competencias genéricas:

A.1. Instrumentales. Se entienden por tales las capacidades intelectuales y prácticas que, con un marcado componente metodológico, son necesarias para la adquisición y el uso estratégico de los saberes y técnicas propias de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. 1. Organizar y planificar adecuadamente el trabajo personal, analizando y sintetizando de forma operativa todos los conocimientos necesarios para el ejercicio de la profesión. 2. Saber comunicar de forma oral y escrita en la propia lengua y en una segunda extranjera con orden y claridad. 3. Conocer y utilizar los recursos informáticos y las nuevas tecnologías de la información y comunicación (TIC) de aplicación al cuerpo de conocimientos específico. 4. Identificar, investigar y solucionar problemas derivados del ejercicio de la profesión desarrollando mecanismos óptimos de toma de decisión.

A.2. Interpersonales. Son las habilidades sociales imprescindibles para establecer vínculos de colaboración con los distintos colectivos con los que el/la profesional de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte se relaciona en el desempeño de sus funciones. 5. Adquirir y desarrollar habilidades sociales que faciliten el trabajo en equipos de carácter interdisciplinar. 6. Promover y respaldar proyectos en un contexto internacional desde el reconocimiento a la diversidad, la multiculturalidad y la igualdad. 7. Aplicar un razonamiento crítico y asumir y reflexionar sobre las críticas efectuadas hacia el propio ejercicio de la profesión. 8. Adoptar responsabilidades sobre los diversos compromisos y obligaciones éticas consustanciales a la función profesional, considerando, especialmente, los principios democráticos en la relación con las demás personas.

A.3. Sistémicas. Son capacidades que combinan componentes afectivos, procedimentales y cognitivos. 9. Potenciar un aprendizaje autónomo que favorezca la adaptación a nuevas situaciones profesionales, personales y sociales. 10. Manifestar una actitud emprendedora desarrollando la creatividad y la iniciativa tanto profesional como personal. 11. Mostrar la capacidad de liderazgo en la realización de proyectos colectivos valorando las opiniones e intereses de los diferentes sectores que integran el grupo. 12. Perseguir estándares de calidad en la función profesional basados, principalmente, en un aprendizaje continuo e innovador. 13. Utilizar recursos del patrimonio cultural y natural respetando el medioambiente y valorar, al mismo tiempo, otras culturas y costumbres. 14. Fomentar y garantizar el respeto a los Derechos Humanos y a los principios de accesibilidad universal, igualdad y no discriminación y los valores democráticos y de la cultura de la paz.

2. CONTENIDO DE LA ASIGNATURA

1. ORGANIZACIÓN DE PROYECTOS Y PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO.
2. LA EVALUACIÓN COMO HERRAMIENTA DE CONTROL DE PROYECTOS Y PROGRAMAS EN EL ÁMBITO DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.
3. EL PROYECTO/PLAN DE ENTRENAMIENTO
4. GESTIÓN DE LA ORGANIZACIÓN EN EL PROCESO DE ENTRENAMIENTO.

3. ACTIVIDADES FORMATIVAS

Clases Teóricas

Lunes: de 11:00 a 13:00

Clases Prácticas

Jueves: de 11:00 a 15:00

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-552>

ADD CON Presencia del Profesor



Escuela Universitaria de Osuna

60

HORAS NO PRESENCIALES DE:

Sólo indicar el número de horas

Clases T



4. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA - APRENDIZAJE

Lección magistral *

SI

Realización de ejercicios prácticos o problemas *

SI

Estudios de caso o resolución de problemas complejos *

SI

Elaboración y exposición de temas o trabajos por los alumnos *

SI

Debate y análisis de temas de actualidad *

SI

Seminarios y conferencias *

SI

Tutorías presenciales (en el despacho o en el aula) *

SI

Docencia a través de internet (clases virtuales) *

SI

Tutorías a través de internet (resolución de dudas online y foros de discusión) *

SI

Tutorías a través de internet (chats online) *

SI

Trabajos tutelados: realización de casos prácticos o problemas (fuera del aula) *

SI

Trabajos tutelados: lectura y comentario de textos o artículos (fuera del aula) *

SI

5. SISTEMA Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y CALIFICACIÓN

a. **Normativa reguladora de la evaluación y calificación de las asignaturas:**

<http://www.us.es/downloads/acerca/normativa/normativa-examenes.pdf>

b. **Criterios de Evaluación Generales:**

(Especificar el % de la nota final de cada una de las partes que compongan la evaluación. Explicar tipo de examen final, penalizaciones en los exámenes, etc... No dejar nada por entendido)

Escenario A:

- Examen final: 50%

- Evaluación continua 50%

* Para superar la asignatura es necesario obtener una calificación de al menos un 5/10 tanto en el examen teórico como en la evaluación continua.

El examen final constará de entre 5 y 10 preguntas de desarrollo, respuesta corta-media.

La evaluación continua consistirá en la elaboración de 1 trabajo grupal que constará de la evaluación de un grupo de deportistas, diseño del plan de entrenamiento para la mejora

del estado de esos deportistas y exposición pública mediante un póster o comunicación oral de los resultados encontrados tras la realización de ese plan de entrenamiento.

Criterios de evaluación:

- Originalidad en la propuesta
- Exhaustividad
- Cuidado de los aspectos formales: ortografía, presentación
- Conocimiento de los aspectos básicos de la asignatura
- Originalidad en las propuestas
- Participación activa en clase
- Aplicación real y práctica de los contenidos desarrollados

La asistencia y realización será obligatoria al 80% de las prácticas para poder optar a la evaluación en este escenario. Se valorará durante las prácticas:

- El alumnado ejecuta a nivel básico las técnicas y habilidades más elementales de los deportes que componen la asignatura.
- El alumnado aplica las técnicas de seguridad y progresión en los deportes que componen la asignatura.
- El alumnado desarrolla los principales esquemas y comportamientos tácticos en los deportes que componen la asignatura.
- El alumnado ejecuta tareas docentes del entrenador con precisión y ajustadas a los contenidos elaborados y programados en los deportes que componen la asignatura.
- El alumnado respeta la evolución en el aprendizaje de las habilidades básicas deportivas, utilizando una metodología activa en la enseñanza de las mismas bajo un contexto escolar y federativo.
- El alumnado respeta los aspectos reglamentarios.
- El alumnado mantiene un nivel óptimo de motivación

Escenario B:

Para aquellos alumnos que no acudan o realicen el 80% de las clases prácticas o que en los 14 primeros días de clase lo soliciten entreguen la documentación oportuna que justifique su petición:

Examen final: 100%

El examen final constará de 3 partes bien diferenciadas:

- Parte 1 (5 puntos): 40 preguntas tipo test con 4 posibles opciones de las cuales una es correcta.

Cada 3 preguntas incorrectas se restará una pregunta correcta.

- Parte 2 (2,5 puntos): 5 supuestos prácticos a resolver
- Parte 3 (2,5 puntos): Interpretación de un artículo científico relacionado con el entrenamiento deportivo.

c. Criterios de Evaluación para alumnos con necesidades académicas especiales: (Art. 26 del Reglamento General de Estudiantes de la Universidad de Sevilla <https://estudiantes.us.es/descargas/becas/a15.pdf>)

Adaptación de las pruebas y trabajos de evaluación a estos alumnos en función de las necesidades académicas especiales que presenten.

6. BIBLIOGRAFÍA DEL CONTENIDO

Básica

Padial, P y Feriche, B. Manual de Entrenamiento Deportivo. Ed. Técnica Avicam. Granada. 2017

Padial, P. y Feriche B. Planificación del Entrenamiento Deportivo. Ed. Técnica Avicam. Granada. 2021.



Padiál, P y Feriche, B. Manual de Prácticas de Entrenamiento Deportivo. Ed. Reprografía Digital. Granada. 2017

NSCA. Manual de la técnica de los ejercicios para el entrenamiento de fuerza. Editorial Tutor. Madrid. 2018.

Fundamental

Bompa, Tudor O.; Buzzichelli, Carlo A. Periodización teoría y metodología del entrenamiento. Ed. Paidotribo, 2019.

Gonzalez Ravé, J; Pablos, C. y Navarro, F. Entrenamiento Deportivo: Teoría y Prácticas. Ed Panamericana. 2014. Madrid.

Issurin, V. Entrenamiento Deportivo: Periodización Deportiva. Ed. Paidotribo. Barcelona. 2012

Lawrence, D. y Hope, R. The Complete Guide to Circuit Training. Ed. A&C Black. 2015

Liebman, Hollis Lance. Enciclopedia de Anatomía del Ejercicio. Ed Paidotribo. 2017

Matveev, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo. Editorial Ráduga. Moscú. 1983

Martin, D. Carl, K. y Lehnertz, K. Manual de metodología del entrenamiento deportivo. Ed. Paidotribo, 2019

Verkhoshansky, Yury. Teoría y metodología del entrenamiento deportivo. Editorial Paidotribo, 2019

Weineck, J. Entrenamiento Total. Ed. Paidotribo, 2019

7. INFORMACIÓN ADICIONAL

Calendario de exámenes:

<https://euosuna.org/index.php/es/planificacion-de-la-ensenanza-552>

NOTA: Cuando proceda retransmitir contenidos, debe tenerse en cuenta que el personal docente implicado en la impartición de esta asignatura no da el consentimiento para que los estudiantes (o terceros) graben, publiquen, retransmitan o reproduzcan posteriormente el discurso, imagen, voz y explicaciones de cátedra por medio alguno, ni se consiente la difusión a terceros, ni de este recurso, ni de ningún otro que se ponga a disposición de los estudiantes.

El uso de los recursos proporcionados por los profesores de la asignatura está reservado únicamente a los estudiantes matriculados en la misma.