Teaching Guide				
Identifying Data				2016/17
Subject (*)	Metodoloxía do rendemento deportivo		Code	620G01024
Study programme	Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte			
Descriptors				
Cycle	Period	Year	Type	Credits
Graduate	2nd four-month period	Third	Obligatoria	6
Language	SpanishGalician			
Teaching method	Face-to-face			
Prerequisites				
Department	Educación Física e Deportiva			
Coordinador	Martin Acero, Rafael	E-mail	rafael.martin@udc.es	
Lecturers	Martin Acero, Rafael	E-mail	rafael.martin@udc.es	
Web	http://www.cienciaatletica.org/index.asp			
General description	Para unha mellor comprensión do alcance que se pretende dar aos obxectivos de carácter xeral que se formulan para esta materia, estes van ser distribuídos de acordo a unhas categorías, que representan ás dimensións máis importantes da formación do estudante no que concirne ao adestramento deportivo e, que se intentan atender no desenvolvemento desta materia. Estas categorías encóntranse en relación con obxectivos vinculados a: . Os aspectos teóricos, conceptuais e científicos do adestramento: o coñecemento das perspectivas teóricas máis importantes e dos enfoques e particulares modelos de adestramento a que deron lugar, é algo necesario para poder comprender axeitadamente e abordar cun espírito crítico e construtivo a función docente neste ámbito. Así mesmo a investigación sobre o adestramento deportivo atense na actualidade a uns paradigmas dos cales se derivan unhas certas liñas de investigación máis abordadas e dunha utilidade e aplicación moi diversa dependendo do contexto de adestramento dentro do ámbito da actividade física e o deporte que se adopte como referencia. . A fundamentación metodolóxica específica do adestramento neste ámbito: Os aspectos metodolóxicos básicos e en consecuencia a metodoloxía do adestramento neste ámbito, apóianse nas bases e fundamentos que xustifican unha metodoloxía específica para este campo de actuación docente. Neste sentido podemos contemplar unha dobre vertente: por unha parte aquela que conecta coa especificidade dos procesos de desenvolvemento e aprendizaxe relativas á motricidade: por outra parte á necesaria adaptación á peculiaridades deste ámbito de aspectos xerais relativos á interacción docente - estudante e á organización xeral da práctica. . O deseño e práctica do adestramento neste ámbito: A planificación, impartición e avaliación do adestramento neste ámbito ten que considerar en primeiro lugar a necesidade de adaptarse aos diferentes ámbitos nos que se leva a cabo, mediante os deseños que resulten máis axeitados (adaptativos) en cada momento e situación. Por outra parte isto leva consigo un principio de permanente innovación e exercicio da creatividade para superar os retos do presente e anticipar os do futuro. Todo o cal constitúese en pautas ineludibles para o establecemento dos obxectivos propios da materia que nos ocupa. . A formación persoal do estudante como profesional creativo e reflexivo e o acceso á información relativa a esta materia: Toda formación orientada cara ao exercicio dunha profesión leva implícita un complexo proceso de desenvolvemento de valores e actitudes axeitados aos labores que se deben realizar e ao feito, neste caso, da responsabilidade que se ostenta sobre os efectos que o adestramento produza nos estudantes. Ante todo é necesario fomentar un talante de continua indagación- reflexión sobre os coñecementos relativos ao adestramento e os efectos da súa aplicación. Nunha realidade sempre dinámica e cambiante este será o recurso indispensable do profesional para estar ao día consigo mesmo, coa súa profesión e co ámbito social que o rodea. En todos os aspectos do coñecemento humano na actualidade, a cantidade de información que se xera é considerable, de forma que para ter a necesaria actualización é preciso dispoñer non só dos recursos e medios axeitados senón tamén do coñecemento de como usalos onde se encontran e en que consisten. No que concirne ao adestramento deportivo isto ten unhas canles e recursos básicos cuxo coñecemento pode resultar de grande interese ao alumno.				

Study programme competences	
Code	**Study programme competences**
A19	Planificar, desenvolver, controlar e avaliar técnica e cientificamente o proceso de adestramento deportivo nos seus distintos niveis e nas diferentes etapas da vida deportiva, de equipos con miras á competición, tendo en conta as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero na actuación do adestrador e nos deportistas.
A27	Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.
A31	Realizar a análise funcional da conduta nos contextos deportivos, educativos ou de exercicio físico para a saúde, como paso previo á intervención psicolóxica.
B1	Coñecer e posuír a metodoloxía e estratexia necesaria para a aprendizaxe nas ciencias da actividade física e do deporte.
B2	Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.
B3	Traballar nos diferentes contextos da actividade física e o deporte, de forma autónoma e con iniciativa, aplicando o pensamento crítico, lóxico e creativo.
B4	Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersoal e traballo en equipo.
B5	Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán.
B6	Dinamizar grupos nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.
B7	Xestionar a información.
B8	Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.
B9	Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.
B10	Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.
B11	Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.
B12	Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.
B13	Coñecer e aplicar metodoloxías de investigación que faciliten a análise, a reflexión e cambio da súa práctica profesional, posibilitando a súa formación permanente.
B15	Comprender e saber utilizar as importantes posibilidades que a educación física e o deporte teñen para xerar hábitos sociais e valores democráticos (coeducación de xéneros, respecto á diversidade social e cultural, cooperación, competición respectuosa, compromiso co contorno?).
B16	Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.
B18	Comprometerse e involucrarse socialmente coa súa profesión e en concreto, coa situación actual da actividade física e o deporte na educación formal; coa xestión do centro educativo; cos seus compañeiros (traballo cooperativo) e con aqueles aos que educa.
B19	Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.
B20	Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao.
C1	Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.
C3	Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.
C4	Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.
C5	Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.
C6	Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.
C7	Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.
C8	Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.

Learning outcomes	
Learning outcomes	**Study programme competences**

Comprender e identificar os principios pedagóxicos do adestramento deportivo e a súa aplicación ás especialidades deportivas psicomotrices e sociomotrices.	A19 A27 A31	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B15 B16 B18 B19	C1 C3 C4 C5 C6 C7 C8
Coñecer, comprender dun modo crítico o obxecto de estudo da Metodoloxía do Rendemento Deportivo e as súas influencias na construción do coñecemento aplicado na práctica do adestramento deportivo	A19 A27	B1 B2 B3 B4 B5 B7 B8 B9 B11 B12 B13 B15 B16 B18 B19	C1 C4 C5 C6 C7 C8
Comprender, saber identificar, deseñar e realizar a correcta e avanzada administración dos principios do adestramento, das unidades sistémicas e dos instrumentos multidisciplinares de planificación, programación, avaliación e control para xestionar e tomar decisións en proxectos complexos con equipos ou deportistas de niveis de especialización profunda e rendemento.	A19 A27 A31	B1 B2 B3 B4 B5 B6 B7 B8 B9 B10 B11 B12 B13 B15 B16 B18 B19 B20	C1 C3 C4 C5 C6 C7 C8

Contents	
Topic	**Sub-topic**
TEMA 1. Metodoloxía do Rendemento Deportivo: Epistemoloxía, obxecto de estudo. Reconceptualización sistémica. Investigación-Acción	SUBTEMA 1. Epistemoloxía e obxecto de estudo. 1.1.Sentido restrinxido e amplo do adestramento. 1.2.Objeto de estudo SUBTEMA 2. Reconceptualización sistémica e Investigación 2.1. Reconceptualización Sistémica: Sistema de Adestramento, Sistema Deportista, Sistema Adestrador/Deportista 2.2. A Metodoloxía do Rendemento Deportivo como Investigación- Acción (I.A).
TEMA 2. Principios do adestramento e da competición deportiva.	SUBTEMA 1. Principios biolóxicos do adestramento, e Principios metódico-didácticos do adestramento SUBTEMA 2. Lei Xeral de Adaptación e Principios Biolóxicos 2.1. Teoría do Estrés 2.1.Modelos de adaptación: carga, resposta, fatiga, recuperación completa ou incompleta. 2.3. Curvas/tipo de adaptación
TEMA 3. Aplicación sistémica dos principios metódico-didácticos do adestramento e da competición	SUBTEMA 1. Clasificacións organicistas de Principios do Adestramento 1.1. Principios xerais e específicos 1.2. Principios básicos e complementarios 1.3. Principios biolóxicos e pedagóxicos SUBTEMA 2. Clasificacións organizacionistas de Principios do adestramento 2.1. Segundo causas, efectos, ou transcurso do tempo 2.2. Segundo os Sistemas obxectivos: Actividade de Competición (SAC); Deportista (SD); de Adestramento da Especialidade (SE); da relación adestrador/deportistas (SE/D); etc.
TEMA 4. Comprender, saber identificar, deseñar e realizar a correcta e avanzada administración das unidades sistémicas e dos instrumentos multidisciplinares de planificación, programación, avaliación e control	SUBTEMA 1. Causas e condicións de cambios periódicos no proceso de adestramento. 1.1. O carácter obxectivo da periodización. 1.2. Periodización e condicións climáticas. 1.3. Periodización e calendario de competicións. 1.4. O concepto de forma deportiva: As fases da forma, e os períodos de adestramento. 1.5. Avaliación da forma. 1.6. A Mestría deportiva. SUBTEMA 2. Os principios xerais da estrutura do adestramento. 2.1. Unidade da formación especial e xeral do deportista. 2.2. Carácter continuo do proceso de adestramento 2.3. Dinámicas ondulatorias das cargas. SUBTEMA 3. Bases dos elementos de organización do adestramento. 3.1. Microestrutura: Os exercicios, os métodos, as sesións, as unidades diarias, e os microciclos 3.2. Mesoestructura: Mesociclos. Bloques. 3.3. Macroestrutura na tempada: Períodos (Estudo de Matveev) 3.4. Macroestrutura en vida do deportista. Etapas: de especialización inicial, de especialización profunda, de alto rendemento.

TEMA 5- Coñocer a toma de decisións en proxectos complexos con equipos ou deportistas de niveis de especialización profunda e de alto rendemento	SUBTEMA 1. Deportes Psicomotores: Etapa de Especialización profunda e Alto Rendemento. 1.1. Modelos: carga diluída (Matveev); alternancia e oscilación (Arosejev), resistente ó choque e volume de intensidade (Vorobjev) 1.2. Modelos de individualización e concentración de cargas (Verchosanskij); Acumulación, Transformación, Realización (Issurin, Kaverin); ciclização individualizada (Bondarciuk) SUBTEMA 2. Deportes Sociomotrices, curto e longo período de competición. 3.1. Modelos Estigmáticos: microestrutura de Seirul-lo; Morfociclo de Frade. 3.2.Vantaxes e limitacions:facer adestramento completo 3.3. Composición do Plan Competicions.

Planning				
Methodologies / tests	Competencies	Ordinary class hours	Student?s personal work hours	Total hours
Objective test	A19 A27 A31	2	5	7
Supervised projects	A27 A31	4	15	19
Supervised projects	B3 B4 B6	3	7	10
Supervised projects	B8 B10	3	8	11
Guest lecture / keynote speech	A27 B15 B18	30	28	58
Guest lecture / keynote speech	A19 B16 C1 C3 C4 C5 C6 C7 C8	6	30	36
Practical test:	A19 A31 B1 B2 B4 C1 C3 C4	4	0	4
Personalized attention		5	0	5
(*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.				

Methodologies	
Methodologies	Description
Objective test	Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe, cuxo trazo distintivo é a posibilidade de determinar se as respostas dadas son ou non correctas, que permiten avaliar coñecementos, capacidades, destrezas, rendemento, aptitudes, actitudes, intelixencia, etc. Aplicarase tanto para a avaliación diagnóstica, formativa como sumativa. Pode combinar distintos tipos de preguntas, o so uno: preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación.
Supervised projects	En grupos medianos
Supervised projects	En grupos medianos e pequenos.
Supervised projects	En grupos medianos e pequenos. E individuais
Guest lecture / keynote speech	Impartición, análise de documentos, repostas a preguntas, etc.
Guest lecture / keynote speech	Impartición, análise de documentos, repostas a preguntas, presentacions, etc.
Practical test:	Realización de varios mapas conceptuais re-ordenando funcional e xerarquicamente coñecementos sobre o sistema de actividade de competición dun deporte e o seu contexto, e dos principios fundamentais para adestrar ese deporte, no contexto elixido.

Personalized attention	
Methodologies	Description

Practical test:	A atención personalizada (AP) adquire relevancia especial nunha materia metodolóxica como esta. A (AP) está concibida para o encontro directo entre estudante e profesor. A AP desenvolverase ao longo da impartición da materia, indicándose axeitadamente a relación con cada metodoloxía. Nas actividades iniciais establecerase a primeira quenda e calendario de (AP), posteriormente establecerase para os traballos tutelados, e os mapas conceptuais.

Assessment			
Methodologies	Competencies	Description	Qualification
Practical test:	A19 A31 B1 B2 B4 C1 C3 C4	Realización de varios mapas conceptuales re-ordenando funcional y jerárquicamente conocimientos sobre el sistema de actividad de competición de un deporte y su contexto, y de los principios fundamentales para entrenar ese deporte, en el contexto elegido.	50
Objective test	A19 A27 A31	Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe dos contidos e competencias da materia (saber, saber hacer, saber decir) cuxo trazo distintivo é a posibilidade de determinar se as respostas dadas son ou non correctas.	50

Assessment comments

A avaliación continuada (Traballos Tutelados; Mapas Conceptuales; Atención Personalizada), contempla :

- a función diagnóstica, formativa e sumativa.
- realízanse en diferentes momentos: ao inicio, durante e final do proceso formativo.
- tilízanse diversos procedementos e instrumentos de recollida de información.

A Proba obxectiva constitúe un instrumento de medida, elaborado rigorosamente, que permite avaliar os coñecementos, as capacidades, destrezas, rendemento, aptitudes, actitudes, etc. É de aplicación tanto para a avaliación diagnóstica, formativa como sumativa, e pode combinar distintos tipos de preguntas: preguntas de resposta múltiple, de ordenación, de resposta breve, de discriminación, de completar e/ou de asociación. Tamén se pode construír con un só tipo dalgunha destas preguntas.

Nos Mapas Conceptuais avalidarase o traballo individual, no grupo, tanto para a avaliación diagnóstica, formativa como sumativa. A atención personalizada (AP) avalidarase a partir da participación, tanto para a avaliación diagnóstica, formativa como sumativa.

Anotacións:

1- Na primeira e na segunda oportunidades, os traballos tutelados e a proba obxectiva deben de obter alcanzar na súa cualificación polo menos o 60% do seu porcentaxes para poder obter unha cualificación igual ou superior ao aprobado.

2- Os traballos tutelados e/ou probas prácticas aprobados só ten validez en cada unha das convocatorias.

3- Na primeira e na segunda oportunidades, o estudante que supera a presenza mínima nas clases establecidas na Memoria do Grao, sempre tenn dereito de avaliación final.

4- Os estudantes matriculados en segunda convocatoria ou máis optarán polo sistema de avaliación continua, ou por unha proba obxectiva final única que terá un valor do 100% da cualificación.

5- Estudantes con esperanza de Matricula de Honor (MH) deben entregar ficheiro de texto (rafael.martin@udc.es) antes da data do exame do cuatrimestre. O traballo e unha extensión, profundización ou aplicación de calquera dos temas da Guía. Este traballo pode ser orientado en tutoriais co profesor.

6- O alumno respostará a proba escrita na lingua da súa elección: galego o castelá. O profesor dará as preguntas por escrito no exame en castelán. O estudante que quere ter as preguntas en galego debera facer a petición ao Profesor sete días naturais antes da data oficial marcada para a proba escrita.

Sources of information

Basic	TEMA 1. Metodoloxía doRendimento Deportivo: Epistemoloxía, obxeto de estudo.Reconceptualización sistémica. Investigación.- LIBROS:o Matveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977.o González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, Madrid- ARTÍCULOS.o Martín Acero, R., Vittori, C. (1997a). Metodología del Rendimiento Deportivo (I): Sentido, definición y objeto de estudio. Revista de Entrenamiento Deportivo/RED, XI(1), 5-10.o Martín Acero, R., Vittori, C. (1997b). Metodología del Rendimiento Deportivo (II): Reconceptualización sistémica. Revista de Entrenamiento Deportivo/RED, XI(2), 35-40.o Martín Acero, R., Vittori, C. (1997c). Metodología del Rendimiento Deportivo (y III): Formación y entrenamiento, Investigación-Acción. Revista de Entrenamiento Deportivo/RED, XI(4), 37-43.TEMA 2. Principios do adestramento e da competición deportiva- LIBROS:o Matveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977.o González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, Madrido Manno R. (1991) Fundamentos del entrenamiento deportivo. Ed. Paidotribo, BarcelonaTEMA 3. Aplicación sistemática dos principios metódicos-didáctico de adestramento e competición- LIBROS:o Grosser, Starischka y Zimmermann., Principios del entrenamiento deportivo. Ed. Martínez Roca, Barcelona, 1988.o González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, MadridTEMA 4. Comprender, saber como identificar, deseñar e facer a correcta e avanzada xestión das unidades sistémicas e das ferramentas multidisciplinars de planificación, programación, avaliación e control- LIBROS:o González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, Madrido Matveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977 - ARTÍCULOS.o Seirul-lo, F. (1987) Opción de planificación en los deportes de largo periodo de competición RED Revista de Entrenamiento Deportivo, Vol 1, nº 3 o Tschiene P. (1985) La estrategia dellállenamento giovanile. Ed. Atleticastudi 3-4, RomaTEMA 5- Coñocer como xestionar e tomar decisións en proxectos complexos con equipos ou deportistas niveis profunda expertise e alto rendemento- LIBROS:o González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, Madrido Matveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977 - ARTÍCULOS.o Seirul-lo, F. (1987) Opción de planificación en los deportes de largo periodo de competición" RED, Vol 1, nº 3 o Tschiene P. (1985) La estrategia dellállenamento giovanile. Ed. Atleticastudi 3-4, Roma
Complementary	Bosco, C. Aspectos fisiológicos de la preparación física del futbolista. Editorial Paidotribo (1991)De Mata, F. Control del entrenamiento y la competición en fútbol. Edit. Gymnos (1982).Ehlenz, Grosser y Zimmermann, Entrenamiento de la fuerza. Ed Martínez Roca, Barcelona (1990)Martin, N.; Lizaur, P.; Padial, P . La formación y desarrollo de las cualidades físicas. En: Entrenamiento deportivo en edad escolar (pp.59-88). Unisport. Málaga (1989)Mcardle, W, et al. Fisiología del ejercicio: Energía, nutrición y rendimiento humano. Alianza Deporte. Madrid. (1990).Seirul-lo, F. La Preparación Física del Balonmano. (Cuadernos Técnico/Pedagógicos de INEFG. A Coruña (1992).Verchosanskij J.V. Lo sviluppo della forza specifica nello sport. Ed. Atletica Leggera, Vigevano (1984).

Recommendations
Subjects that it is recommended to have taken before
Pedagoxía da actividade física e do deporte/620G01001 Aprendizaxe e control motor/620G01012 Fisioloxía do exercicio I/620G01013
Subjects that are recommended to be taken simultaneously
Subjects that continue the syllabus
Teoría e práctica do adestramento deportivo/620G01037 Avances no adestramento de forza e resistencia (optativa)/620G01043
Other comments

(*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.