



Guía Docente				
Datos Identificativos				2024/25
Asignatura (*)	Metodoloxía do rendemento deportivo		Código	620G01024
Titulación				
Descriptores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Grao	2º cuatrimestre	Terceiro	Obrigatoria	6
Idioma	Castelán/Galego			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Educación Física e Deportiva			
Coordinación	Martin Acero, Rafael	Correo electrónico	rafael.martin@udc.es	
Profesorado	Fariñas Rodríguez, Juan Martin Acero, Rafael	Correo electrónico	juan.farinias@udc.es rafael.martin@udc.es	
Web	http://www.cienciaatletica.org/index.asp			
Descripción xeral	<p>Para unha mellor comprensión do alcance que se pretende dar aos obxectivos e competencias desta materia, estes distribuiranse segundo categorías, que representan as dimensións más importantes da formación dos estudiantes no que respecta ao adestramento deportivo. e, que traten de asistir ao desenvolvemento desta materia. Estas categorías están relacionadas con obxectivos vinculados a:</p> <p>? Aspectos teóricos, conceptuais e científicos da formación: o coñecemento das perspectivas teóricas más importantes e dos enfoques e modelos particulares de formación que lle deron lugar é algo necesario para poder comprender e abordar adecuadamente nun espírito crítico e construtivo o espírito. función docente neste campo. Así mesmo, a investigación sobre adestramento deportivo adhírese actualmente a algúns paradigmas dos que se derivan determinadas liñas de investigación, más abordadas e de utilidade e aplicación moi diversas dependendo do contexto de adestramento dentro do ámbito da actividade física e o deporte para ser usado como referencia.</p> <p>? O fundamento metodolóxico específico da formación neste campo: Os aspectos metodolóxicos básicos e, en consecuencia, a metodoloxía de formación neste campo, baséanse nas bases e bases que xustifican unha metodoloxía específica para este campo da acción docente. Neste sentido podemos contemplar un dobre aspecto: por unha banda, aquel que conecta coa especificidade dos procesos de desenvolvemento e aprendizaxe relacionados coas habilidades motrices; por outra banda, á adaptación necesaria ás peculiaridades deste campo de aspectos xerais relacionados con a interacción profesor - alumno e a organización xeral da práctica.</p> <p>? O deseño e práctica da formación nesta área: A planificación, a impartición e a avaliación da formación nesta área deben considerar primeiro a necesidade de adaptarse aos diferentes ambientes nos que se realiza, a través dos deseños más adecuada (adaptativa) en cada momento e situación. Por outra banda, isto leva consigo un principio de innovación permanente e exercicio de creatividade para superar os retos do presente e anticiparse aos do futuro. Todo iso constitúe unhas pautas ineludibles para o establecemento dos obxectivos da materia.</p> <p>? A formación persoal do estudiante como profesional creativo e reflexivo e acceso á información relacionada con esta materia: Toda formación orientada ao exercicio dunha profesión implica un proceso complexo de desenvolvemento de valores e actitudes adecuados ás tarefas a realizar. e o feito, neste caso, da responsabilidade que se ten sobre os efectos que a formación produce nos alumnos. Sobre todo, é necesario fomentar un espírito de investigación e reflexión continua sobre o coñecemento relacionado coa formación e os efectos da súa aplicación. Nunha realidade sempre dinámica e cambiante, este será o recurso esencial do profesional para manterse consigo mesmo, a súa profesión e o ambiente social que o rodea.</p> <p>En todos os aspectos do coñecemento humano na actualidade, a cantidade de información xerada é considerable, polo que para ter a actualización necesaria é preciso ter non só os recursos e medios adecuados, senón tamén o coñecemento de como utilizarlos onde se atopan. e en que consisten. No que respecta á formación deportiva, esta ten unhas canles e recursos básicos cuxos coñecementos poden ser de grande interese para o estudiante.</p>			

Competencias / Resultados do título

Código

Competencias / Resultados do título



Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do título		
Coñecer, comprender dun modo crítico as diferenzas e complementariedade entre a T ^a Xeral do Adestramento e a Metodoloxía do Rendimento Deportivo e as súas influencias na construción do coñecemento aplicado na práctica do adestramento deportivo (e aspectos do adestramento de cativas, mozas, e mulleres)	A19	B1	C1
	A27	B2	C3
	A31	B3	C4
		B4	C5
		B5	C6
		B6	C7
		B7	C8
		B8	
		B9	
		B10	
		B11	
		B12	
		B13	
		B15	
		B16	
		B18	
		B19	
Comprender e identificar os principios pedagóxicos do adestramento deportivo e a súa aplicación ás especialidades deportivas psicomotrices e sociomotrices: Mapas Conceptuais	A19	B1	C1
	A27	B2	C4
	A31	B3	C5
		B4	C6
		B5	C7
		B7	C8
		B8	
		B9	
		B11	
		B12	
		B13	
		B15	
		B16	
		B18	
		B19	

Comprender, saber identificar, deseñar as unidades sistémicas da organización do proceso de adestramento (principios de planificación), para tomar decisións en programas complexos con equipos ou deportistas de niveis de especialización e rendemento.	A19	B1	C1
	A27	B2	C3
	A31	B3	C4
		B4	C5
		B5	C6
		B6	C7
		B7	C8
		B8	
		B9	
		B10	
		B11	
		B12	
		B13	
		B15	
		B16	
		B18	
		B19	
		B20	

Contidos	
Temas	Subtemas
TEMA 1. Metodoloxía do Rendimento Deportivo: Epistemoloxía, obxecto de estudio. Reconceptualización sistemática. Investigación-Acción	SUBTEMA 1. Epistemoloxía e obxecto de estudio. 1.1. Sentido restrinxido e amplio do adestramento. 1.2. Objeto de estudio SUBTEMA 2. Reconceptualización sistemática e Investigación 2.1. Reconceptualización Sistémica: Sistema de Adestramento, Sistema Deportista, Sistema Adestrador/Deportista 2.2. A Metodoloxía do Rendimento 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 sistemática 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 pedagógicos SUBTEMA 2. Clasificacións organizacionistas de Principios do adestramento 2.1. Segundo causas, efectos, ou transcurso do tempo 2.2. Segundo os Sistemas: 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	<p>SUBTEMA 1. Causas e condicións de cambios periódicos no proceso de adestramento.</p> <p>1.1. O carácter obxectivo da periodización.</p> <p>1.2. Periodización e condicións climáticas.</p> <p>1.3. Periodización e calendario de competicións.</p> <p>1.4. O concepto de forma deportiva: As fases da forma, e os períodos de adestramento.</p> <p>1.5. Avaliación da forma.</p> <p>1.6. A Mestría deportiva.</p> <p>SUBTEMA 2. Os principios xerais da estrutura do adestramento.</p> <p>2.1. Unidade da formación especial e xeral do deportista.</p> <p>2.2. Carácter continuo do proceso de adestramento</p> <p>2.3. Dinámicas ondulatorias das cargas.</p> <p>SUBTEMA 3. Bases dos elementos de organización do adestramento.</p> <p>3.1. Microestrutura: Os exercicios, os métodos, as sesións, as unidades diarias, e os microciclos</p> <p>3.2. Mesoestructura: Mesociclos. Bloques.</p> <p>3.3. Macroestrutura na tempada: Períodos (Estudo de Matveev)</p> <p>3.4. Macroestrutura en vida do deportista. Etapas: de especialización inicial, de especialización profunda, de alto rendemento.</p>
TEMA 5- Coñecer a toma de decisións en proxectos complexos con equipos ou deportistas de niveis de especialización profunda e de alto rendemento	<p>SUBTEMA 1. Deportes Psicomotores: Etapa de Especialización profunda e Alto Rendemento.</p> <p>1.1. Modelos: carga diluída (Matveev); alternancia e oscilación (Arosejev), resistente ó choque e volume de intensidade (Vorobjev)</p> <p>1.2. Modelos de individualización e concentración de cargas (Verchosanskij); Acumulación, Transformación, Realización (Issurin, Kaverin); ciclización individualizada (Bondarciuk)</p> <p>SUBTEMA 2. Deportes Sociomotrices, curto e longo período de competición.</p> <p>3.1. Modelos Estigmáticos: microestrutura de Seirul-lo; Morfociclo de Frade.</p> <p>3.2. Vantaxes e limitacions:facer adestramento completo</p> <p>3.3. Composición do Plan Competicion.</p>

Planificación

Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Proba obxectiva	A19 A27 A31	2	5	7
Traballos tutelados	A27 A31	6	21	27
Traballos tutelados	B3 B4 B6	3	10	13
Traballos tutelados	B8 B10	4	0	4
Sesión maxistral	A27 B15 B18	30	28	58
Sesión maxistral	A19 B16 C1 C3 C4 C5 C6 C7 C8	6	33	39
Proba práctica	A19 A31 B1 B2 B4 C1 C3 C4	2	0	2
Atención personalizada		0	0	0

*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías

Metodoloxías	Descripción
--------------	-------------



Proba obxectiva	Proba escrita utilizada para a avaliación da aprendizaxe, cuxo trazo distintivo é a posibilidade de determinar se as respuestas 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.
Traballos tutelados	
Traballos tutelados	
Traballos tutelados	En grupos medianos e pequenos. E individual. Formación en grupos medianos na ferramenta Conceptual Map, e traballos elaborados a través da construcción de Mapas Conceptuais: 2 de microgrupo e 2 individuais.
Sesión maxistral	
Sesión maxistral	Impartición, análise de documentos, repostas a preguntas, presentacions, etc.
Proba práctica	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.

Atención personalizada	
Metodoloxías	Descripción
Proba práctica	A atención personalizada (AP) adquire relevancia especial nunha materia metodolóxica como esta. A (AP) está concibida para o encontro directo entre estudiante e profesor. A AP desenvolverase ao longo da impartición da materia, indicándose axeitadamente a relación con cada metodloxía. Nas actividades iniciais establecerase a primeira quenda e calendario de (AP), posteriormente establecerase para os traballos tutelados, e os mapas conceptuais. Recoméndase aos estudiantes de matrícula parcial que soliciten unha tutoría persoal na primeira semana de impartición da materia e, deste xeito, determinen algunas orientacións personalizadas específicas. En canto ás seguintes cuestiós: ?dispensa académica?, ?dedicación ao estudo? e ?permanencia? rexeranse polo Regulamento Académico vixente da UDC: https://www.udc.es/es/normativa/academica/

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descripción	Cualificación
Proba práctica	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
Proba obxectiva	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 respuestas dadas son ou non correctas.	50

Observacións avaliación



A avaliación continua (traballos tutelados, mapas conceptuais, atención personalizada), contempla:

- A función diagnóstica, formativa e sumativa.
- Se realizan en diferentes momentos: no inicio, durante e finalizar o proceso de adestramento.
- Utilízanse diversos procedementos e instrumentos para a recollida de información.

A proba obxectiva é un instrumento de medición, debidamente desenvolvido, que permite avaliar coñecementos, habilidades, habilidades, rendemento, aptitudes, actitudes, etc. e de aplicación tanto para a avaliação diagnóstica, formativa e sumativa, e pode combinar diferentes tipos de preguntas: preguntas de elección múltiple, orde, resposta curta, discriminación, conclusión e / ou asociación. Tamén pode construír con só un tipo de unha destas preguntas. Nos Mapas Conceptuais, o traballo individual será avaliado e no grupo, tanto para a avaliação diagnóstica, formativa e sumativa. A atención personalizada (AP) será avaliada a partir da participación, tanto para a avaliação diagnóstica, formativa e sumativa.

ANOTACIÓNS:

- 1- Na primeira e na segunda oportunidade, tanto os traballos tutelados como a proba práctica obxectiva deben de alcanzar na súa cualificación máis do 50% da cualificación prevista, para considerarse igual ou superior ao aprobado.
- 2- Os traballos tutelados e/ou as probas obxectivas aprobados só teñen validez en cada unha das convocatorias (non se manteñen para os seguintes Cursos).
- 3- Na primeira e na segunda oportunidade (do mesmo Curso), o/a estudiante que alcance o mínimo de asistencia a clases presenciais establecido na Memoria do Grao sempre terá derecho a avaliação final.
- 4- Os/as estudiantes matriculados en segunda convocatoria ou más, optarán polo sistema de avaliação continua (traballos tutelados e proba obxectiva), ou por unha proba obxectiva final única que terá un valor del 100% da cualificación.
- 5- Os/as estudiantes con expectativa de Matrícula de Honra deberán de enviar un arquivo de texto a rafael.martin@udc.es, antes da data oficial de exame do seu cuadrimestre. O traballo será unha ampliación, profundización ou aplicación dalgún dos tópicos do temario da Guía. Este traballo será seguido nas tutorías co profesor.
- 6- O alumno responderá a proba escrita na lingua que elixan: galego ou español. O profesor dará as preguntas de proba escritas en español. Se calquera estudiante desexa obtela en galego, deberá solicitalo do profesor sete días naturais antes da data oficial establecida para a proba escrita.
- 7- A realización fraudulenta das actividades de proba ou avaliação rexererase pola vixente Normativa Académica da UDC:
<https://www.udc.es/es/normativa/academica/> e dará lugar á cualificación de "Suspens" (nota numérica 0) na convocatoria correspondente ao curso académico, se a comisión a faltan se produce na 1ª oportunidade ou, se se produce na 2a oportunidade modificarase a súa nota no expediente da 1ª oportunidade (Normativa disciplinaria do alumnado da UDC, art. 11, apartado 4 b). Enténdese por fraude académico as condutas premeditadas dirixidas a falsear os resultados dun exame ou traballo, propios ou de todos, realizados como requisito para superar unha materia ou acreditar o rendemento académico (Lei 3/2022, do 24 de febreiro, de convivencia universitaria). ; artigo 11, apartado g).

Fontes de información



Bibliografía básica	TEMA 1. METODOLOGÍA DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO: EPISTEMOLOGÍA, OBJETO DE ESTUDIO.RECONCEPTUALIZACIÓN SISTÉMICA. INVESTIGACIÓN.Matveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977.González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, MadridMartín 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.Martín Acero, R., Vittori, C. (1997b). Metodología del Rendimiento Deportivo (II): Reconceptualización sistemática. Revista de Entrenamiento Deportivo/RED, XI(2), 35-40.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 DEL ENTRENAMIENTO Y DE LA COMPETICIÓN DEPORTIVAMatveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977.González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, MadridTEMA 3. APLICACIÓN SISTÉMICA DE LOS PRINCIPIOS METÓDICO-DIDÁCTICOS DEL ENTRENAMIENTO Y DE LA COMPETICIÓN Grosser, Starischka y Zimmermann., Principios del entrenamiento deportivo. Ed. Martínez Roca, Barcelona, 1988.González-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, MadridTEMA 4. COMPRENDER, SABER IDENTIFICAR, DISEÑAR Y REALIZAR LA CORRECTA Y AVANZADA ADMINISTRACIÓN DE LAS UNIDADES SISTÉMICAS Y DE LOS INSTRUMENTOS MULTIDIPLINARES DE PLANIFICACIÓN, PROGRAMACIÓN, EVALUACIÓN Y CONTROL TEMA 5- GESTIONAR Y TOMAR DECISIONES EN PROYECTOS COMPLEJOS CON EQUIPOS O DEPORTISTAS DE NIVELES DE ESPECIALIZACIÓN PROFUNDA Y DE ALTO RENDIMIENTOGonzález-Ravé, Pablos Abella, y Navarro Valdivielso (2014), Entrenamiento Deportivo: Teoría y prácticas, Edt. Médica Panamericana, MadridMatveev, L.P. (1965) Periodización del Entrenamiento Deportivo, Edt. INEF de Madrid, Madrid, 1977Seirul-lo, F. (1987) Opción de planificación en los deportes de largo periodo de competición. RED Revista de Entrenamiento Deportivo, Vol 1, nº 3Tschiene P. (1985) La estrategia dell'allenamento giovanile. Ed. Atleticastudi 3-4, Roma
Bibliografía complementaria	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).

Recomendaciones
Materias que se recomienda cursado previamente
Pedagogía da actividade física e do deporte/620G01001
Aprendizaxe e control motor/620G01012
Fisioloxía do exercicio I/620G01013
Materias que se recomienda cursar simultaneamente
Materias que continúan o temario
Teoría e práctica do adestramento deportivo/620G01037
Avances no adestramento de forza e resistencia (optativa)/620G01043
Observacións



Coa finalidade de mellorar

o sistema de garantía interna de calidade do noso centro, sería convinte que o alumnado atendese á solicitude realizada pola UDC, con periodicidade cuadrienal, respecto a participar no proceso de avaliación das materias cursadas e cuxa chamada realiza baixo o nome de ?AVALÍA? consistindo en responder as enquisas que avalían a docencia do profesorado en cada materia

(*)A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías