

1. DATOS GENERALES

Asignatura: AVANCES EN METODOLOGÍA Y PLANIFICACIÓN DEL RENDIMI

Código: 310502

Tipología: OPTATIVA

Créditos ECTS: 4.5

Grado: 2323 - MASTER UNIVERSITARIO EN INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS DEL DEPORTE

Curso académico: 2019-20

Centro: 8 - FACULTAD DE CIENCIAS DEL DEPORTE (TO)

Grupo(s): 40

Curso: 1

Duración: C2

Lengua principal de impartición: Español

Segunda lengua:

Uso docente de otras lenguas:

English Friendly: N

Página web:

Bilingüe: N

Profesor: JOSE MARIA GONZALEZ RAVE - Grupo(s): 40

Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Edificio 6. Despacho 24	ACTIVIDAD FÍSICA Y CIENCIAS DEL DEPORTE	5505	josemaria.gonzalez@uclm.es	PRIMER CUATRIMESTRE Martes de 11 a 14h Miércoles de 9 a 12 horas. SEGUNDO CUATRIMESTRE Jueves de 9 a 11 horas. Miércoles de 9 a 13.00 horas.

Profesor: DANIEL JUAREZ SANTOS-GARCIA - Grupo(s): 40

Edificio/Despacho	Departamento	Teléfono	Correo electrónico	Horario de tutoría
Lab. Entrenamiento / 1.74	ACTIVIDAD FÍSICA Y CIENCIAS DEL DEPORTE	5519/5533	daniel.juarez@uclm.es	Primer semestre: Lunes: 9-12 h Jueves: 9-11,12-13 h Segundo semestre: Lunes: 9-13 h Jueves: 9-11 h

2. REQUISITOS PREVIOS

Para esta asignatura no se precisan requisitos previos, aunque es recomendable tener una formación adecuada en contenidos vinculados a las materias Teoría y Práctica del Entrenamiento Deportivo y Control y Valoración del Rendimiento Deportivo.

3. JUSTIFICACIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS, RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS Y CON LA PROFESIÓN

3.1. Aportación de la asignatura al plan de estudios: Esta asignatura plantea las condiciones necesarias para la organización de las cargas de entrenamiento con el fin de alcanzar logros deportivos elevados en situaciones determinadas de la preparación del deportista. Para ello el alumno deberá asimilar y comprender los modelos actuales de planificación del entrenamiento y conocer la situación actual sobre investigación en este ámbito.

3.2. Relación con otras materias: Esta asignatura establece puentes cognitivos con otras materias como son "Investigación en Evaluación del Rendimiento en Deportes Individuales" e "Investigación en Evaluación del Rendimiento en Deportes Colectivos"

3.3. Relación con la profesión: Dominio de las herramientas conceptuales y procedimentales para la optimización del rendimiento dentro de las diferentes unidades de planificación. Dominio en las herramientas más usuales que el investigador utiliza para afrontar objetos de estudio relacionados con la planificación, metodología y control del entrenamiento.

4. COMPETENCIAS DE LA TITULACIÓN QUE LA ASIGNATURA CONTRIBUYE A ALCANZAR

Competencias propias de la asignatura

Código	Descripción
E01	Manejar las diferentes técnicas de investigación en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, identificando los hechos diferenciales del estudio realizado.
E03	Dominar las diferentes opciones metodológicas que se pueden emplear en el ámbito de la Actividad Física para la Salud y el Rendimiento Deportivo.
E19	Analizar e implementar diseños de investigación relacionados con la Metodología, Control y Planificación del Rendimiento Deportivo.
E20	Utilizar los medios tecnológicos para avanzar en la aplicación de las últimas tendencias en entrenamiento deportivo.
G01	Aplicar los conocimientos vinculados a las Ciencias del Deporte utilizando métodos de investigación adecuándolos a los cambios que se deriven de los procesos de innovación.
G02	Diseñar modelos de investigación ajustándose a las condiciones de rigurosidad científica en el ámbito de estudio de las Ciencias del Deporte.
M056	Aplicar los conceptos de planificación del entrenamiento en el proceso de entrenamiento deportivo. (G1, E19).
M057	Utilizar los medios tecnológicos para avanzar en la aplicación de las últimas tendencias en entrenamiento deportivo. (G1, G7, G8, E20).
M058	Controlar el rendimiento deportivo mediante los últimos avances en la temática, así como utilizar una metodología científica para el adecuado uso de esos datos. (G1, G2, G4, G7, G8, E1, E2, E3, E19).
M059	Desarrollar una planificación del entrenamiento deportivo. (G1, E19).
M060	Desarrollar metodologías de entrenamiento acordes a las últimas tendencias aparecidas en la literatura. (G1, G7, G8, E2, E19).

5. OBJETIVOS O RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPERADOS

Resultados de aprendizaje propios de la asignatura

Descripción

Conocer y aplicar las últimas tendencias en metodología del entrenamiento deportivo.
 Conocer y aplicar las últimas tendencias en planificación del entrenamiento desarrolladas en la literatura a un deporte específico.
 Conocer y utilizar los medios tecnológicos actuales en el control del rendimiento.
 Temporizar dentro de una planificación la secuencia de cargas y controles más adecuados de cara a un rendimiento óptimo.

Resultados adicionales

No se han establecido.

6. TEMARIO

- Tema 1: MODELOS DE PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO: EVIDENCIAS CIENTÍFICAS APLICABLES A LA ACTUALIDAD
- Tema 2: ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE CICLOS CUATRIENALES. REVISIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LOS SISTEMAS DEPORTIVOS DE ALTO RENDIMIENTO
- Tema 3: METODOS DE CUANTIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO
- Tema 4: TENDENCIAS ACTUALES EN LA INVESTIGACIÓN SOBRE METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO: DE LO IMPRESCINDIBLE A LO ACCESORIO EN PUBLICACIONES CIENTÍFICAS
- Tema 5: TENDENCIAS ACTUALES EN LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO

COMENTARIOS ADICIONALES SOBRE EL TEMARIO

Se programará y se avisará con suficiente antelación para salidas fuera del campus a centros con vinculación al entrenamiento.

7. ACTIVIDADES O BLOQUES DE ACTIVIDAD Y METODOLOGÍA

Actividad formativa	Metodología	Competencias relacionadas	ECTS	Horas	Ev	Ob	Rec	Descripción
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL]	Método expositivo/Lección magistral		0.6	15	S	S	S	
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL]	Prácticas		0.24	6	S	S	S	
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL]	Presentación individual de trabajos, comentarios e informes		0.24	6	S	S	S	
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA]	Combinación de métodos		2	50	S	N	S	
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA]	Combinación de métodos		1	25	S	N	S	
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA]	Otra metodología		0.42	10.5	S	N	S	
Total:			4.5	112.5				
Créditos totales de trabajo presencial: 1.08					Horas totales de trabajo presencial: 27			
Créditos totales de trabajo autónomo: 3.42					Horas totales de trabajo autónomo: 85.5			

Ev: Actividad formativa evaluable
 Ob: Actividad formativa de superación obligatoria
 Rec: Actividad formativa recuperable

8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y VALORACIONES

Sistema de evaluación	Valoraciones		Descripción
	Estudiante presencial	Estud. semipres.	
Presentación oral de temas	60.00%	0.00%	Se aplica a los estudiantes con asistencia superior al 80% de las actividades presenciales Casos prácticos a resolver
Resolución de problemas o casos	30.00%	0.00%	
Valoración de la participación con aprovechamiento en clase	10.00%	0.00%	
Total:	100.00%	0.00%	

Criterios de evaluación de la convocatoria ordinaria:

Se exigirá una asistencia mínima al 80% de las clases. Aquel que no cumpla dicho requisito irá a un examen escrito cuya fecha se establezca en el calendario oficial de master.

Particularidades de la convocatoria extraordinaria:

Examen escrito. Para que supere la asignatura debe obtener una calificación de 5 sobre 10.

Particularidades de la convocatoria especial de finalización:

No se ha introducido ningún criterio de evaluación

9. SECUENCIA DE TRABAJO, CALENDARIO, HITOS IMPORTANTES E INVERSIÓN TEMPORAL

No asignables a temas	Suma horas
Tema 1 (de 5): MODELOS DE PERIODIZACIÓN DEL ENTRENAMIENTO: EVIDENCIAS CIENTÍFICAS APLICABLES A LA ACTUALIDAD	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	2
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	2
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	5
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	2.5
Periodo temporal: Febrero	
Tema 2 (de 5): ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE CICLOS CUATRIENALES. REVISIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LOS SISTEMAS DEPORTIVOS DE ALTO RENDIMIENTO	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	1
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	1
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	5
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	2
Tema 3 (de 5): METODOS DE CUANTIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	1
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	1
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	5
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	2
Tema 4 (de 5): TENDENCIAS ACTUALES EN LA INVESTIGACIÓN SOBRE METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO: DE LO IMPRESCINDIBLE A LO ACCESORIO EN PUBLICACIONES CIENTÍFICAS	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	1
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	1
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	5
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	2
Tema 5 (de 5): TENDENCIAS ACTUALES EN LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO	
Actividades formativas	Horas
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	3
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	1
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	1
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	10
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	5
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	2
Actividad global	Suma horas
Enseñanza presencial (Prácticas) [PRESENCIAL][Prácticas]	6
Enseñanza presencial (Teoría) [PRESENCIAL][Método expositivo/Lección magistral]	15
Elaboración de informes o trabajos [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	25
Presentación de trabajos o temas [PRESENCIAL][Presentación individual de trabajos, comentarios e informes]	6
Otra actividad no presencial [AUTÓNOMA][Otra metodología]	10.5
Análisis de artículos y recensión [AUTÓNOMA][Combinación de métodos]	50
Total horas:	112.5

10. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS

Autor/es	Título	Libro/Revista Población Editorial	ISBN	Año	Descripción	Enlace Web	Catálogo biblioteca
González Ravé, José María	Entrenamiento deportivo : teoría y prácticas /	Médica Panamericana,	978-84-9835-783-7	2014	Recomendaciones de manuales de la Editorial Human Kinetics que se expondrán en clase	http://www.humankinetics.com	
Naclerio, Fernando	Entrenamiento deportivo : fundamentos y aplicaciones en difer	Médica Panamericana	978-84-9835-331-0	2010			