

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Asignatura:	Aplicación Específica Deportiva: Deportes Náuticos
Año académico:	2011-2012
Semestre:	1er Semestre
Créditos totales:	6,7
Curso:	3º
Línea:	1

2. DOCENTES

Nombre:	Raimundo Eligio Piera
Centro:	Facultad del Deporte
Departamento:	Deporte e Informática
Área:	Educación Física y Deportiva
Categoría:	Profesores Asociado
Horario de tutorías:	Jueves de 17 a 20
Número de despacho:	954977512
E-mail:	relipie@upo.es
Teléfono:	14.04.43

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

3. DESARROLLO DE LOS CONTENIDOS DE LA PARTE GENERAL (Opcional)

Temas referentes a los contenidos de REMO:

- 1.-Reglaje de Embarcaciones.
 - 1.1.-Ajuste de palancas y alturas.
 - 1.2.-Ajuste de las inclinaciones de las embarcación.
 - 1.3.-Relaciones entre reglajes.
- 2.-Componentes Biomecánicos en el Remo.
 - 2.1.-Fuerzas que intervienen en la Embarcación.
 - 2.2.- Cinética y Cinemática del Remero.
 - 2.3.-Adecuación del reglaje de las embarcaciones a las características individuales de los remeros.
- 3.-Materiales y Tecnología en el remo.
 - 3.1.-Construcción de embarcaciones.
 - 3.2.-Nuevos materiales. Diseño de botes con materiales modernos.
 - 3.3.-Tecnología aplicada al Remo en su seguimiento y control. Nuevas tecnologías en el remo.
- 4.-Fisiología del remo.
 - 4.1.-Análisis de la especialidad del remo.
 - 4.2.-Componentes fisiológicos del remo.
 - 4.3.-Metodología de la evaluación fisiológica del remero.
- 5.-Entrenamiento.
 - 5.1.-Análisis de las capacidades condicionales.
 - 5.2.-Edades convenientes en el remo: de la iniciación al alto rendimiento.
 - 5.3.-Planificación, periodización y programación del entrenamiento físico.
 - 5.4.-Sistemas y métodos de entrenamiento: la fuerza. Sistemas y métodos de entrenamiento: la resistencia. Sistemas y métodos de entrenamiento: la velocidad. Sistemas y métodos de entrenamiento: la flexibilidad.
 - 5.5.-Falta de adaptación al entrenamiento.
6. Alimentación deportiva:
 - 6.1. Introducción
 - 6.2. Dieta de entrenamiento
 - 6.3. Alimentación pre-competitiva
 - 6.4. Dieta per-competitiva
 - 6.5. Dieta post-competitiva
- 7.-Medicina. Tendencias actuales en el empleo de ayudas ergogénicas por los deportistas de élite.
 - 7.1.-Mecánica.



UNIVERSIDAD
**PABLO
OLAVIDE**
S E V I L L A

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

7.2.-Farmacológica.

7.3.-Fisiológicas.

7.4.-Nutricionales.

8.-Valoración funcional de los deportistas de Remo.

8.1. Pruebas de laboratorio

8.2. Pruebas en agua

8.3. Conclusiones

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

4. CRONOGRAMA

SEMANA	Nº HORAS	Nº HORAS EB	Nº HORAS EPD	Nº HORAS EVA.	TEMA
1	4,5	1,5	3		Tema 1
2	4,5	1,5	3		Tema 1
3	3		3		Tema 2
4	4,5	1,5	3		Tema 3
5	4,5	1,5	3		Tema 3
6	4,5	1,5	3		Tema 4
7	4,5	1,5	3		Tema 4
8	4,5	1,5	3		Tema 5
9	4,5	1,5	3		Tema 5
10	4,5	1,5	3		Tema 5
11	1,5	1,5			Tema 6
12	4,5	1,5	3		Tema 6
13	4,5	1,5	3		Tema 7
14	4,5	1,5	3		Tema 7
15	4,5	1,5	3		Tema 8
16	7			7	
TOTAL	70	21	42	7	

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

4. PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DE LAS SESIONES DE PRÁCTICA Y DESARROLLO

Practica 1	Evaluación Inicial	
Practica 2	Modelo 1	Remo Técnico + Ejercicios
Practica 3	Modelo 1	Remo Técnico + Ejercicios
Practica 4	Modelo 2	Remo Continuo
Practica 5	Modelo 2	Remo Continuo
Practica 6	Modelo 3	Remo Fartlek
Practica 7	Modelo 3	Remo Fartlek
Practica 8	Modelo 4	Remo Interválico
Practica 9	Evaluación Reglaje	Reglaje Embarcaciones
Practica 10	Modelo 4	Remo Interválico
Practica 11	Modelo 5	Remo Series
Practica 12	Modelo 5	Remo Series
Practica 13	Modelo 6	Remo Competición
Practica 14	Modelo 6	Remo Competición
Practica 15	Competición	Competición
Practica 16	Evaluación Final	

LOS CRITERIOS PARA CALIFICAR LA ASIGNATURA SON LOS SIGUIENTES:

Asistencia máximo 20% de faltas, a las clases prácticas.
Se tendrá en cuenta la justificación de las mismas.

Parte teórica (4 puntos) tiene un valor del 40% de la nota:

1-Examen Teórico (3 puntos) tiene un valor del 30% de la nota.

2-Trabajos (1 punto) tiene un valor del 10% de la nota.

Parte práctica (6 puntos) tiene un valor del 60% de la nota:

-----Examen Reglaje (2 puntos) tiene un valor del 20% de la nota.

-----Ejecución técnica (3 puntos) tiene un valor del 30% de la nota.

-----Observación y corrección de la técnica (1 punto) tiene un valor del 10% de la nota.

Ambas partes se han de aprobar para hacer media (es decir obtener al menos 5 puntos).

En caso de faltar más de un 20% ó no superar la nota práctica (5 puntos), el alumno tendrá que asistir a examen práctico.

El examen escrito será con preguntas tipo test.

Es necesario alcanzar o superar 5 puntos en el examen para poder completar la evaluación de la asignatura.



GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

5. OBSERVACIONES

GUÍA DOCENTE
PARTE ESPECÍFICA

Curso 2011-2012

6. BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA

- 1.-Briones, E.: “Entrenamiento de base y de élite”. Ed. Wanceulen; Sevilla, 1.990
- 2.-Herberger, E. Rowing/Rudern: The GDR Text of Oarsmanship. Sport Book Pub; 4th Updated edition (September 1, 1987)
- 3.-McArthur, J. (1997). High Performance Rowing. Crowood Press.
- 4.-Molina, C.: “Remo de competición”. Ed. Wanceulen; Sevilla, 1.997
- 5.-Müller, A. (2005). Curso de entrenador de remo nivel I. Bloque específico. Madrid: Federación Española de Remo.
- 6.-Nolte, V. (2004). Rowing Faster. Human Kinetics.
- 7.-Sayer, B. (2006). Rowing and Sculling. Robert Hale Limited.
- 8.-Roberts, M.B. Modra, R.C. Crew The Rower’s Handbook. Sterling Publishing.
- 9.-Erazukin, J. “Análisis de los métodos de trabajo para el desarrollo de las capacidades físicas y de optimización de la técnica deportiva en el remo. Propuesta de un plan a largo plazo del desarrollo físico y técnico de remeros de alto nivel” (Trabajo Master). Ed. INFOCOES, Vol. III, nº 1, 1.997