

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

| | |
|-------------------------------|--|
| Grado: | Ciencias de la Actividad Física y del Deporte |
| Doble Grado: | |
| Asignatura: | Aplicación Específica Deportiva: Deportes Náuticos |
| Módulo: | Modulo V. Optatividad |
| Departamento: | Deporte e Informática |
| Semestre: | Primer semestre |
| Créditos totales: | 6,7 |
| Curso: | 3º |
| Carácter: | Optativa |
| Lengua de impartición: | Español |

| | | |
|--|----|-----|
| Modelo de docencia: | C1 | |
| Enseñanzas Básicas (EB): | | 50% |
| Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD): | | 50% |
| Actividades Dirigidas (AD): | | |

Guía Docente

RESPONSABLE DE LA ASIGNATURA

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

UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

3.1. Descripción de los objetivos

Remo y piragüismo son dos deportes de elevado arraigo en la ciudad de Sevilla, en los que se han conseguido numerosos triunfos a nivel nacional e internacional por sus deportistas. Son deportes de modalidades tanto individuales, como de equipo, sin oposición pero con interacción con el medio, que es cambiante e inestable. Nos encontramos con dos deportes de similares características en cuanto al medio en el que se practican, el tipo de competiciones, pero con unas connotaciones de necesidades de rendimiento notablemente diferentes. Esto hace que juntos puedan configurar esta asignatura de deportes náuticos, que usan implemento para su desplazamiento. Por ello, gracias a esta asignatura, los alumnos que la cursen con aprovechamiento podrán:

- 1-Perfeccionar las diferentes técnicas que se emplean en cada una de las modalidades deportivas que la componen.
- 2-Evaluar el dominio técnico-táctico de un ejecutante de cada una de las modalidades deportivas que la componen
- 3-Controlar, evaluar y hacer seguimiento de los deportistas en el desarrollo de entrenamiento.
- 4-Analizar los esfuerzos que se realizan en el Remo y el Piragüismo para conocer las necesidades propias de este deporte.
- 5-Conocer y practicar los medios de entrenamiento del Remo y el Piragüismo para desarrollar las diferentes cualidades.
- 6-Conocer y desarrollar los modelos de planificación de estos deportes según los niveles y categorías.
- 7-Analizar los aspectos más relevantes que se utilizan en la detección de talentos deportivos en el Remo y el Piragüismo.
- 8-Conocer los prerrequisitos bioenergéticos e informacionales de las especialidades de Remo y Piragüismo.
- 9-Conocer las diferentes pruebas de valoración funcional que se realizan en el Remo y el Piragüismo.

3.2. Aportaciones al plan formativo

La asignatura es de carácter optativo y se imparte en 3º de Grado, una vez que los alumnos ya han cursado la asignatura Fundamentos de los Deportes VI (Remo, Rugby y Piragüismo), de manera que nos encontramos ante la Aplicación Específica de los Deportes náuticos de Remo y Piragüismo.

La asignatura les dotará en profundidad de los métodos utilizados para la mejora deportiva en estas disciplinas náuticas, desde el campo de los sistemas de entrenamiento, el uso de las nuevas tecnologías para el entrenamiento y la competición; así como desde el campo del ocio y la recreación, el desarrollo de escuelas, clubes deportivos y campus deportivos.

3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

La materia de Aplicación Específica Deportiva: Deportes Náuticos debe entenderse como continuidad curricular de los conocimientos técnicos y científicos relacionados con el Remo y el Piragüismo en la asignatura de 2º de Grado Fundamentos de los Deportes VI (Remo, Piragüismo y Rugby). De esta manera se ofrece a los alumnos la posibilidad de profundizar en los aspectos específicos que posibiliten la intervención profesional en distintos ámbitos del Remo y el Piragüismo.

Para ello, el alumno debe entender que se trata de una materia que implica una especialización profunda en la formación científica y procedimental para la intervención en el ámbito del rendimiento deportivo. Por ello, se requiere del alumno la aplicación de los conocimientos multidisciplinares adquiridos en la troncalidad de su formación (aspectos pedagógicos, didácticos y psicológicos), y muy especialmente de los adquiridos en materias propias del itinerario de rendimiento deportivo (Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Fisiología de la Actividad Física, Teoría del entrenamiento, etc.)

COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura

Las competencias que los alumnos deben poder alcanzar una vez finalizados los estudios de grado, y a las que contribuye directamente esta asignatura son:

1. Poseer y comprender conocimientos básicos, generales y de vanguardia en el campo de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
2. Desarrollar habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
3. Fomentar una cultura emprendedora en relación con los diferentes perfiles profesionales.

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura

Las competencias que el alumno debe adquirir dentro del Modulo V Optatividad son las siguientes:

1. El módulo de optatividad tiene como objetivo profundizar en determinadas disciplinas seleccionadas entre un amplia gama de opciones que, por su naturaleza, actualidad o interés práctico, pueden permitir a los estudiantes un cierto grado de especialización, dentro del Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, o de otros Grados y, por tanto, genera curriculos específicos según los intereses personales.

4.3. Competencias particulares de la asignatura

De forma específica, y gracias a la asignatura, los alumnos deberán haber alcanzado la siguientes competencias:

Cognitivas:

1. Profundizar en el conocimiento de los elementos materiales y de la técnica del deporte del Remo y el piragüismo.
2. Aplicar los principios fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, durante la dirección del entrenamiento en el ámbito específico del Remo y el Piragüismo.
3. Analizar críticamente todas las circunstancias y hechos que rodean al Remo y al Piragüismo, su enseñanza y entrenamiento, buscando respuestas y soluciones bien fundamentadas.
4. Conocer y elaborar los programas de entrenamiento de las diferentes cualidades físicas y técnicas.
5. Adquirir la metodología de observación y análisis de la valoración técnica tanto a nivel individual como en barcos de equipo.

Procedimentales:

1. Vivenciar los diferentes modelos de entrenamientos más comunes en el Remo y el Piragüismo.

Guía Docente

2. Diseñar y dirigir sesiones de entrenamiento en diferentes momentos de la temporada enfocadas a la consecución de objetivos de rendimiento.

3. Utilizar el material y el equipamiento necesario para el desarrollo de las sesiones diseñadas.

4. Analizar los diferentes gestos técnicos, detectando los defectos técnicos más importantes, utilizando diferentes métodos de observación.

Actitudinales:

1. Utilizar habilidades básicas de trabajo en equipo y sus correspondientes relaciones interpersonales.

2. Obtener el nivel de motivación óptimo para el desarrollo y aprendizaje de los distintos contenidos.

3. Valorar la importancia de la adecuada utilización de las instalaciones y materiales específicos de la asignatura.

4. Potenciar la utilización del razonamiento crítico, basada en la capacidad de análisis y síntesis.

5. Adaptarse a las nuevas situaciones mediante el aprendizaje autónomo.

CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

Temas referentes a los contenidos de REMO:

- 1.-Reglaje de embarcaciones II.
Ajuste de las inclinaciones de las embarcación. Relaciones entre reglajes.
- 2.-Componentes Biomecánicos en el remo II.
Adecuación del reglaje de las embarcaciones a las características individuales de los remeros.
- 3.-Materiales y Tecnología en el remo.
Construcción de embarcaciones. Nuevos materiales. Diseño de botes con materiales modernos. Tecnología aplicada al Remo en su seguimiento y control. Nuevas tecnologías en el remo.
Tecnología aplicada al Remo en su seguimiento y control.
- 4.-Fisiología del remo.
Análisis de la especialidad del remo. Componentes fisiológicos del remo. Metodología de la evaluación fisiológica del remero.
- 5.-Entrenamiento.
Análisis de las capacidades condicionales. Edades convenientes en el remo: de la iniciación al alto rendimiento. Planificación, periodización y programación del entrenamiento físico. 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. Falta de adaptación al entrenamiento.
- 6.-Nutrición.
Conceptos básicos sobre nutrición y alimentación del remero. Alimentación deportiva.
- 7.-Medicina.
Tendencias actuales en el empleo de ayudas ergogénicas por los deportistas de élite.
- 8.-Valoración funcional de los deportistas de Remo.

Temas referentes a los contenidos de PIRAGÜISMO:

- 1.- Entrenamiento técnico.
Modelo de desarrollo técnico del palista. Medios y métodos del entrenamiento técnico. proceso de aperndizaje y de corrección de errores. Periodización del trabajo técnico.
- 2.- Las cualidades físicas y el entrenamiento del piragüista.
Entrenamiento en seco y en agua.
- 3.- Los sistemas de producción de energía en el Piragüismo.
Pre-requisitos energéticos del piragüista. Contribución de las vías de producción de energía a las diferentes distancias del Piragüismo.
- 4.- Planificación del entrenamiento del piragüista.
estructuración del entrenamiento desde el punto de vista de su evolución a largo plazo. La valoración de las cargas del entrenamiento. Medios y métodos del entrenamiento.

Los microciclos, ciclos, bloques y periodos. Individualización del entrenamiento.

4.-Materiales y Tecnología en el Piragüismo.

Construcción de embarcaciones. Nuevos materiales. Diseño de botes con materiales modernos. Tecnología aplicada al Piragüismo en su seguimiento y control. Nuevas tecnologías en el Piragüismo.

5.- La valoración funcional del deportista de Piragüismo.

METODOLOGÍA Y RECURSOS

La metodología a seguir será lo suficientemente variada para adaptarse a la variedad de contenidos y de tipo de enseñanza que se plantea en la asignatura.

Para el desarrollo de las enseñanzas básicas, la metodología fundamental será las clases expositivas, aunque la mayoría de ellas serán expositivo-participativas. Para desarrollar este tipo de enseñanzas se usaran como recursos los medio audiovisuales para apoyar las explicaciones del profesor.

En las actividades prácticas, se experimentará y vivenciarán los contenidos previamente expuestos en las enseñanzas básicas y se ajustarán a la ejecución de cada alumno. Se busca que el alumno constate la aplicación práctica de lo estudiado, y también para que se familiarice con las acciones a llevar a cabo cuando obtenga su título que le capacite profesionalmente. Los alumnos contarán con un breve documento de apoyo a modo de recurso para este tipo de enseñanza. Estas actividades prácticas se desarrollarán en diferentes espacios y aulas, adaptadas a las características de cada contenido: instalaciones deportivas, aulas de informática, laboratorio (si está disponible).

La plataforma WEBCT será empleada como recurso de apoyo a la docencia, teórica y práctica.

EVALUACIÓN

Al tener la asignatura dos tipos de enseñanzas diferentes, la evaluación se referirá por tanto a ambos tipos.

La evaluación deberá poder informar sobre la consecución de las competencias descritas en la guía docente de la asignatura.

El sistema de evaluación será el siguiente:

Al finalizar la docencia, los alumnos realizarán un examen escrito con preguntas encaminadas a evaluar la capacidad de estudio, razonamiento y aplicación práctica de los alumnos. En las cuales se incluirán preguntas que se refieran directamente a los contenidos teóricos y preguntas en las cuales los alumnos demuestren la asimilación de las aplicaciones prácticas de las enseñanzas recibidas, como se indica en la memoria de grado.

Durante la realización de las prácticas, los profesores evaluarán la ejecución técnica de los alumnos, así como su capacidad de análisis de la ejecución de compañeros, y llevará un registro de las intervenciones.

Diseño y desarrollo de un diario de prácticas: Los alumnos/as tendrán que elaborar de forma individual un diario de todas las sesiones prácticas que se vayan desarrollando a lo largo del cuatrimestre en el CAR de Remo y Piragüismo, incluyendo aquellas que se realicen en la sala de musculación. En la ficha de cada sesión se recogerán los siguientes aspectos: objetivo de la sesión, material empleado, método de entrenamiento utilizado, tareas o ejercicios empleados, etc. El modelo de ficha será facilitado previamente a los alumnos por el profesor. Al finalizar los contenidos de la asignatura, emitirá las calificaciones de la parte práctica.

LOS CRITERIOS PARA EVALUAR LA ASIGNATURA SON LOS SIGUIENTES:

Asistencia máximo 20% de faltas, a las clases prácticas.

Se tendrá en cuenta la justificación de las mismas.

Calificación:

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.

BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- 1.-Briones, E.: “Entrenamiento de base y de élite”. Ed. Wanceulen; Sevilla, 1.990
- 2.-De Bergia Cervantes, E. y otros (1997) Iniciación al Piragüismo Editorial Gymnos. Madrid.
- 3.-Herberger, E. Rowing/Rudern: The GDR Text of Oarsmanship. Sport Book Pub; 4th Updated edition (September 1, 1987)
- 4.-McAthur, J. (1997). High Performance Rowing. Crowood Press.
- 5.-Molina, C.: “Remo de competición”. Ed. Wanceulen; Sevilla, 1.997
- 6.-Müller, A. (2005). Curso de entrenador de remo nivel I. Bloque específico. Madrid: Federación Española de Remo.
- 7.-Nolte, V. (2004). Rowing Faster. Human Kinetics;
- 8.-Sánchez, J. L. (1993). Piragüismo (I). Madrid: Comité Olímpico Español.
- 9.-Sánchez, J. L. (1993). Piragüismo (II). Madrid: Comité Olímpico Español.