

AMPLIACIÓ DELS ESPORTS: FUTBOL II

Dades generals

- **Descripció:** El futbol és un dels esports més practicats a la nostra societat i, com a tal, té la seva importància dins del món de l'esport i de la societat en la que vivim. En aquest bloc teòric – pràctic de perfeccionament de futbol, es tractarà de profunditzar en aspectes més concrets del futbol a nivell físic – tècnic – tàctic i també en aspectes psicològics després del coneixement previ dels aspectes bàsics de la iniciació als esports col·lectius i en concret al futbol treballats a l'assignatura de 2n Curs. Oferir un marc de coneixement tant teòric com pràctic del joc del futbol i conèixer els aspectes més destacats d'aplicació pràctica per treballar en el futbol, formar futbolistes i dirigir equips de futbol de diferents nivells serà l'objectiu principal.
- **Crèdits ECTS:** 6 Obligatòria
- **Idioma principal de les classes:** Català / Castellà
- **S'utilitza oralment la llengua anglesa a l'assignatura:** Res (0%)
- **S'utilitzen documents en llengua anglesa:** Poc (5%)
- **Duració:** Semestral (2n Semestre)
- **Curs:** 3r
- **Professorat:** Sr. JORDI MARTÍN MORENO

Competències

Competències bàsiques:

CB2. Que els estudiants sàpiguen aplicar els coneixements en el seu treball o vocació d'una forma professional i adquireixin les competències que solen mostrar-se mitjançant l'elaboració i defensa d'arguments i resolució de problemes dintre de la seva àrea d'estudi..

CB3. Que els estudiants tinguin la capacitat de reunir i interpretar dades rellevants (normalment dins de la seva àrea d'estudi) per emetre judicis que incloguin una reflexió sobre temes rellevants d'índole social, científica o ètica.

CB4-.Que els estudiants puguin transmetre informació, idees, problemes i solucions a un públic tant especialitzat como no especialitzat.

CB5. Que els estudiants hagin desenvolupat aquelles habilitats d'aprenentatge necessàries per emprendre estudis posteriors amb un alt grau d'autonomia.

Competències transversals:

B3. Aplicar pensament crític, lògic i creatiu, demostrant dots de innovació.

B4. Treballar de forma autònoma amb responsabilitat i iniciativa.

B5. Treballar en equip de forma col·laborativa i responsabilitat compartida.

B6. Comunicar informació, idees, problemes i solucions de manera clara i efectiva en públic o en àmbits tècnics concrets.

Competències nuclears:

C1. Dominar en un nivell mitjà una llengua estrangera, preferentment l'anglès.

C3. Gestionar la informació i el coneixement.

C4. Expressar-se correctament de manera oral i escrita en una de les dos llengües oficials de la URV.

C5. Comprometre's amb l'ètica i la responsabilitat social tan com a ciutadans com a professionals.

Competències específiques:

A2. Promoure i avaluar la formació d'hàbits perdurables i autònoms de pràctica de l'activitat física i l'esport.

A3. Planificar, desenvolupar i controlar el procés d'entrenament en els seus diferents nivells.

- A4. Identificar, analitzar i aplicar els principis anatòmics, fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials, als diferents camps de l'activitat física i l'esport.
- A6. Identificar els riscos que es deriven per a la salut la pràctica d'activitats físiques inadequades.
- A7. Planificar, desenvolupar i avaluar la realització de programes d'activitats físic-esportius.
- A9. Seleccionar i saber utilitzar el material i equipaments esportius adequat per a cada tipus d'activitat.

Resultats de l'aprenentatge

- 1. Identificar els errors més freqüents en l'execució de les diferents tècniques i proposar les correccions pertinents.
- 2. Conèixer i identificar els elements que intervenen a l'entrenament esportiu.
- 3. Desenvolupar el nivell d'autonomia i competència necessàries per la investigació i la intervenció professional.
- 4. Conèixer els procediments bàsics d'entrenament a la fase de tecnificació, amateur i professional.
- 5. Determinar la metodologia d'ensenyament més convenient a aplicar en funció del nivell de coneixement dels subjectes, de l'edat dels mateixos, de l'àmbit que es tracte i del contingut objecte d'aprenentatge.
- 6. Conèixer els diferents factors de progressió per desenvolupar tasques, activitats i jocs d'aprenentatge dels esports.
- 7. Diagnosticar errors en la realització dels elements tècnics, tàctics i estratègics bàsics des de l'esport en l'etapa d'iniciació fins l'etapa de rendiment (amateur, semi-professional i professional).
- 8. Dissenyar i dirigir exercicis i activitats d'entrenament de la tàctica individual i col·lectiva dels esports col·lectius.
- 9. Recollir propostes pràctiques per l'ensenyament i aprenentatge de les diferents modalitats esportives.
- 10. Utilitzar noves tecnologies per difondre coneixement relacionat amb la competència tàctica, control de càrregues i mesura d'aquestes (GPS, pulsòmetres, aplicacions mòbils, etc.)

Continguts

FUTBOL

- 1. L'organització del procés d'entrenament al futbol.
 - 1.1. Les diferents visions del procés d'entrenament.
 - 1.2. Presa de decisions al futbol..
 - 1.3. Factors que influeixen en la presa de decisions.
- 2. El model de joc.
 - 2.1. Principis del joc.
 - 2.2. Fases i/o moments del joc.
 - 2.3. Formes d'organització i zones de joc.
- 3. Els mètodes d'entrenament.
 - 3.1 Els principis metodològics d'entrenament i la seva evolució.
 - 3.2 Peculiaritats del procés d'entrenament
- 4. Periodització de l'entrenament.
 - 4.1. La macroestructura a la periodització de l'entrenament al futbol.
 - 4.2. La microestructura a la periodització de l'entrenament al futbol.
 - 4.3. Les dimensions i característiques dels components del microcicle i del morfocicle.
- 5. Planificació dels processos d'entrenament..
 - 5.1. La planificació de l'entrenament al futbol..
 - 5.2. El control de la càrrega.
- 6. La sessió d'entrenament.
 - 6.1. Concepte i fases de la sessió.
 - La part inicial.
 - La part principal.
 - La part final de la sessió.
 - 6.2. Les tasques a la sessió d'entrenament..
 - 6.3. Tipus de sessions i complexitat de les tasques.

- 6.4. Dinàmica dels esforços i organització de les tasques.
- 6.5. Els diferents tipus de tasques per la realització de la sessió d'entrenament.
- 7. Aspectes tecnològics aplicats al futbol.
 - 7.1. Scouting: una eina de treball per la millora de l'equip.
 - 7.2. L'ús d'eines i aparells tecnològics en el futbol.

Activitats

Tipus d'activitats	Hores amb professor	Hores sense professor	Total
Sessions magistrals	25	18	43
Laboratoris (pràctica)	38	25	63
Seminaris	10	5	15
Prova d'avaluació (teòrica)	6	23	29
Total	79	71	150

Metodologies docents

Classes magistrals

Aprenentatge basat en problemes

Seminaris (tecnologia)

Laboratoris (pràctica)

Avaluació

Avaluació i qualificació

Sistema d'avaluació contínua

Descripció de l'activitat	Competències	Avaluació de l'activitat	%
Aspectes teòric - pràctics de l'assignatura	CB3/CB5 B3/B4/B6 C1 / C3/ C4/C5 A2/A4/A6	Prova escrita individual	60
Aspectes pràctics de l'assignatura	CB2 / CB3 / CB4 B3 / B5 / B6 C5 A2 /A3/ A6 / A7/ A9	Elaborar, dissenyar i dirigir exercici/s i/o sessió/ns d'entrenament al futbol	40

Activitats d'avaluació contínua

Descripció de l'activitat	Competències	Avaluació de l'activitat	% del total
---------------------------	--------------	--------------------------	-------------

Examen teòric	CB3 / CB4/ CB5 B3 / B4 C1/ C3/ C4 A2/A3/A4	AVALUACIÓ CONTÍNUA Prova escrita individual	30%
Examen pràctic	CB2 / CB4/ CB5 B5/B6 C5 A2/A9	AVALUACIÓ CONTÍNUA Disseny, elaboració i aplicació d'exercicis/sessions d'entrenament al futbol	30%
Treballs pràctics	CB2/CB4 B5/B6 C5 A4/A7/A9	AVALUACIÓ CONTÍNUA. Desenvolupament de treballs escrits i/o exposicions sobre metodologia i entrenament al futbol.	40%

Sistema d'avaluació final

Descripció de l'activitat	Competències	Avaluació de l'activitat	%
Aspectes teòric - pràctics de l'assignatura	CB3 / CB4 / CB5 B3 / B4 / B5 / B6 C1/ C3/ C4/C5 A2 / A3 / A4 / A6 / A7 / A9	Prova escrita individual i d'anàlisi d'exercicis (o sessions) relacionats amb continguts de l'assignatura (Individual). Realització d'un treball teòric-pràctic.	100%

Activitats d'avaluació final

Descripció de l'activitat	Competències	Avaluació de l'activitat	% del total
Examen teòric	CB3 / CB4/ CB5 B3 / B4 C1/ C3/ C4 A2/A3/A4/A6	AVALUACIÓ FINAL Prova escrita individual amb preguntes tipus test o de breu desenvolupament.	30%
Examen pràctic		AVALUACIÓ FINAL Resolució i anàlisi de situacions pràctiques que pretenen valorar l'aplicació metodològica dels continguts.	40%
Treball pràctic	CB2/CB4 B5/B6 C5 A4/A7/A9	AVALUACIÓ FINAL. Elaboració i realització d'un treball monogràfic guiat sobre els continguts de l'assignatura.	30%

Qualificació per l'avaluació contínua i final.

És necessari assistir al 90% de les sessions (tant a l'aula com les de camp) per ser avaluat en el format d'AVALUACIÓ CONTÍNUA.

Les activitats de l'AVALUACIÓ CONTÍNUA s'hauran d'haver presentat abans del dia de l'examen per poder optar a realitzar l'examen de l'assignatura. Si no s'arriba al 5 a alguna activitat s'ha de recuperar i s'haurà d'entregar com a data màxima el dia d'examen de l'avaluació final. Si no s'ha entregat alguna/es de la/es activitat/s l'alumne anirà directe a l'avaluació final.

És necessari superar cadascuna de les parts i de les activitats d'avaluació amb un 5 per fer la mitjana tan a L'AVALUACIÓ CONTÍNUA com a L'AVALUACIÓ FINAL.

Les parts suspeses a L'AVALUACIÓ CONTÍNUA es poden recuperar a l'avaluació final.

El treball de l'assignatura s'haurà de presentar com a data màxima el dia de l'examen d'avaluació corresponent (tant per l'avaluació contínua com per l'avaluació final).

S'haurà de presentar a l'avaluació final tot l'alumnat que:

- Hagi suspès alguna de les parts de l'avaluació contínua. En aquest cas haurà de recuperar la part suspesa i la nota màxima serà un 5 a aquella part.
- Tot l'alumnat que no hagi assistit al 90% de l'avaluació contínua. Haurà de seguir els criteris d'avaluació final (pel que fa a examen teòric com pràctic).
- És necessari que l'alumnat assisteixi a les classes pràctiques de camp amb roba i calçat adequat (botes de futbol) per la pràctica esportiva.

Criteris específics de la nota No Presentat:

Es considerarà un alumne no presentat aquell que ha realitzat menys del 50% de les activitats d'avaluació continuada o no s'ha presentat a l'avaluació final o a l'avaluació única.

Referències bibliogràfiques

- Bangsbo, J. (2008). Entrenamiento de la condición física en el fútbol. Barcelona: Paidotribo.
- Beade, F. (2006). Aplicaciones prácticas desde la preparación física. Vigo: MC Sports.
- Buschman, J.; Pabst, K.; Bussmann, H. (2002). La coordinación en el fútbol. Madrid: Ediciones Tutor.
- Bruggmann, B. (2008). 1000 ejercicios y juegos de fútbol. Barcelona: Hispano Europea.
- Campos, M.A. (2019). Reflexiones sobre la teoría y práctica del entrenamiento para el fútbol actual. Vigo: MCSports.
- Casamichana, D.; San Román, J.; Calleja, J.; Castellano, J. Los juegos reducidos en el entrenamiento del fútbol. Barcelona: Futbol de libro.
- Castellano, J.; Casamichana, D. (2016). El arte de planificar en el fútbol. Barcelona: Fútbol de libro.
- Chamorro, M. (2014). La preparación futbolística desde la incertidumbre. Barcelona: Futbol de libro.
- Cometti, G. (2002). La preparación física en el fútbol. Barcelona: Paidotribo.
- Cometti, G. (1999). Fútbol y musculación. Zaragoza: Inde.
- Conde, M. (2010). Transición ataque-defensa. Vigo: MC Sports
- Dóniga, D.; Rivilla, I. (2015). Teoría y práctica del entrenamiento futbolístico. Vigo: MC Sports.
- Fratrrola, C.; Sans, A. (2000). Entrenamiento en el fútbol base. Barcelona: Paidotribo.
- Gómez, P. (2011). La preparación física del fútbol contextualizada en el fútbol. Vigo: MC Sports.
- Gómez, P. (2014). El fútbol ¡NO! Es así. Barcelona: Futbol de libro.
- Godik, M.A.; Popov, A.V. (1999). La preparación del futbolista. Barcelona: Paidotribo.
- Guindos, D. (2015). Construcción metodológica del modelo de juego. Barcelona: Futbol del libro.
- Konzag, I. Döbler, H., Herzog, H., (2003). Futbol: Entrenarse jugando, Un sistema completo de ejercicios. Barcelona: Paidotribo.
- López, J. (2001). Fútbol: 500 juegos para el entrenamiento físico con balón. Cádiz: Wanceulen.

- López, J. (2001). Fútbol: 450 tareas integradas para el entrenamiento de la táctica defensiva. Cádiz: Wanceulen.
- Madrid, J. (2014). Scouting en el fútbol. Vigo: MC Sports.
- Mallo, J. (2013). La preparación (física) para el fútbol basada en el juego. Barcelona: Futbol de libro.
- Moreno, R. (2013). Mi receta del 4-4-2. Barcelona: Futbol de libro.
- Nus, G. (2012). El calentamiento en el fútbol. Barcelona: Círculo rojo.
- Pol, R. (2011). La preparación ¿física? en el fútbol. Vigo: MC Sports.
- Ruiz-Alonso, J.G. (2001). El entrenamiento de la fuerza en el fútbol. Zaragoza: Ágonos.
- Sanz, A.; Frattarola, C. (2000). Entrenamiento en el fútbol base. Barcelona: Paidotribo.
- Sanz, A.; Frattarola, C. (2001). Fútbol base. Programa de entrenamiento para la etapa de tecnificación. Barcelona: Paidotribo
- Sanz, A.; Frattarola, C. (2006). Manual para la organización y el entrenamiento de las escuelas de fútbol. Barcelona: Paidotribo.
- Seirul-lo, F. (2017). El entrenamiento en los deportes de equipo. Barcelona: Mastercede.
- Segura, J. (2001). 1009 Ejercicios y Juegos de fútbol. Barcelona: Paidotribo.
- Silva, D. (2017). El segundo entrenador en fútbol. Sevilla: Wanceulen.
- Solé, J. (2006). Planificación del entrenamiento deportivo. Barcelona: Sicropat Sport.
- Tamarit, X. (2007). ¿Que es la “periodización táctica”? . Vigo: MC Sports.
- Tamarit, X. (2013). Periodización tàctica vs. Periodización tàctica. Madrid: MBF.
- Wein, H. (1995). Fútbol a la medida del niño. Madrid. Real federación española de fútbol.
- Weineck, J. E. (1994). El entrenamiento físico del futbolista (I y II). Barcelona. Paidotribo
- Vázquez Folgueira, S. (1983). Fútbol base: La técnica aplicada a diversos niveles. Madrid. Esteban Sanz.
- Whitehead, N. i Malcolm, C. (2001). Entrenamiento de fútbol. Juegos, adiestramientos y prácticas. Barcelona. Paidotribo.