

## AMPLIACIÓN DE LOS DEPORTES: FÚTBOL II

### Datos generales

▪ **Descripción:** El fútbol es uno de los deportes más practicados en nuestra sociedad y como tal tiene su importancia dentro del mundo del deporte y de la sociedad en la que vivimos. En este bloque teórico – práctico de perfeccionamiento en el fútbol, se tratará de profundizar en aspectos más concretos del fútbol a nivel físico – técnico – táctico y también en el aspecto psicológico después del conocimiento previo de los aspectos básicos de la iniciación a los deportes colectivos y concretamente al fútbol trabajados en la asignatura de 2º curso. Ofrecer un marco de conocimiento tanto teórico como práctico del juego del fútbol y conocer los aspectos más destacados de aplicación práctica para trabajar en el fútbol, formar futbolistas y dirigir equipos de fútbol de diferentes niveles serán los objetivos generales.

- **Créditos ECTS:** 6 Obligatoria
- **Idioma principal de las clases:** Catalán / Castellano
- **Se utiliza oralmente la lengua inglesa en la asignatura:** Nada (0%)
- **Se utilizan documentos en lengua inglesa:** Poco (5%)
- **Duración:** Semestral (2º Semestre)
- **Curso:** 3º
- **Profesorado:** Sr. JORDI MARTÍN MORENO

### Competencias

#### Competencias básicas:

CB2- Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos en su trabajo o vocación de una forma profesional y adquieran las competencias que suelen demostrarse mediante la elaboración y defensa de argumentos y resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3- Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4- Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5- Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

#### Competencias transversales:

B3. Aplicar pensamiento crítico, lógico y creativo, demostrando dotes de innovación.

B4. Trabajar de forma autónoma con responsabilidad e iniciativa.

B5. Trabajar en equipo de forma colaborativa y responsabilidad compartida.

B6. Comunicar información, ideas, problemas y soluciones de manera clara y efectiva en público o en ámbitos técnicos concretos.

#### Competencias nucleares:

C1. Dominar en un nivel intermedio una lengua extranjera, preferentemente el inglés.

C3. Gestionar la información y el conocimiento.

C4. Expresarse correctamente de manera oral y escrita en una de las dos lenguas oficiales de la URV.

C5. Comprometerse con la ética y la responsabilidad social tanto como ciudadano como profesional.

### Competencias específicas:

- A2. Promover y evaluar la formación de hábitos perdurables y autónomos de práctica de la actividad física y del deporte.
- A3. Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus diferentes niveles.
- A4. Identificar, analizar y aplicar los principios anatómicos, fisiológicos, biomecánicos, comportamentales y sociales, a los diferentes campos de la actividad física y del deporte.
- A6. Identificar los riesgos que se derivan para la salud de la práctica de actividades físicas inadecuadas.
- A7. Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de actividades físico-deportivas.
- A9. Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo, adecuado para cada tipo de actividad.

## **Resultados del aprendizaje**

---

- 1. Identificar los errores más frecuentes en la ejecución de las diferentes técnicas y proponer las correcciones pertinentes.
- 2. Conocer e identificar los elementos que intervienen en el entrenamiento de los deportes.
- 3. Desarrollar el nivel de autonomía y competencia necesarias para la investigación y la intervención profesional.
- 4. Conocer los procedimientos básicos de entrenamiento en la fase de tecnificación, amateur y profesional.
- 5. Determinar la metodología de enseñanza más conveniente a aplicar en función del nivel de conocimiento de los sujetos, de la edad de los mismos, del ámbito de que se trate y del contenido objeto de aprendizaje.
- 6. Conocer los diferentes factores de progresión para desarrollar ejercicios, actividades y juegos de aprendizaje de los deportes.
- 7. Diagnosticar errores en la realización de los elementos técnicos, tácticos y estratégicos básicos del deporte en la etapa de iniciación hasta la etapa de rendimiento (amateur, semiprofesional y profesional).
- 8. Diseñar y dirigir ejercicios y actividades de entrenamiento de la táctica individual y colectiva de los deportes colectivos.
- 9. Recoger propuestas prácticas para la enseñanza y aprendizaje de les diferentes modalidades deportivas.
- 10. Utilizar nuevas tecnologías para difundir conocimiento relacionado con la competencia táctica, control de cargas y medida de estas (GPS, pulsómetros, aplicaciones móviles, etc.)

## **Contenidos**

---

### FÚTBOL

- 1. La organización del proceso de entrenamiento al fútbol.
  - 1.1. Las diferentes visiones del proceso de entrenamiento.
  - 1.2. Toma de decisiones en el fútbol.
  - 1.3. Factores que influyen en la toma de decisiones.
- 2. El modelo de juego.
  - 2.1. Principios del juego.
  - 2.2. Fases y/o momentos del juego.
  - 2.3. Formas de organización y zonas de juego.
- 3. Los métodos de entrenamiento.
  - 3.1 Los principios metodológicos de entrenamiento y su evolución.
  - 3.2 Peculiaridades del proceso de entrenamiento
- 4. Periodización del entrenamiento.
  - 4.1. La macroestructura a la periodización del entrenamiento en el fútbol.
  - 4.2. La microestructura a la periodización del entrenamiento en el fútbol.

- 4.3. Las dimensiones y características de los componentes del microciclo y del morfociclo.
5. Planificación de los procesos de entrenamiento.
  - 5.1. La planificación del entrenamiento en el fútbol.
  - 5.2. El control de la carga.
6. La sesión de entrenamiento.
  - 6.1. Concepto y fases de la sesión.
    - La parte inicial.
    - La parte principal.
    - La parte final de la sesión.
  - 6.2. Las tareas en el trabajo en la sesión de entrenamiento.
  - 6.3. Tipos de sesión y complejidad de las tareas.
  - 6.4. Dinámica de los esfuerzos y organización de las tareas.
  - 6.5. Las tareas y los diferentes tipos para la realización del entrenamiento.
7. Aspectos tecnológicos aplicados al fútbol.
  - 7.1. Scouting: una herramienta de trabajo para la mejora del equipo.
  - 7.2. El uso de herramientas y aparatos tecnológicos en el fútbol.

## Actividades

Tipo de actividades	Horas con profesor	Horas sin profesor	Total
Sesiones magistrales	25	18	43
Laboratorios (práctica)	38	25	63
Seminarios	10	5	15
Prueba de evaluación (teórica)	6	23	29
Total	79	71	150

### Metodologías docentes

Clases magistrales

Aprendizaje basado en problemas

Seminarios (tecnología)

Laboratorios (práctica)

Evaluación

## Evaluación y cualificación

### Actividades de evaluación continua

Descripción de la actividad	Competencias	Evaluación de la actividad	% del total
Examen: parte teórica	CB3 / CB4/ CB5 B3 / B4 C1/ C3/ C4 A2/A3/A4	<b>EVALUACIÓN CONTÍNUA</b> Prueba escrita individual	30%

Examen: parte práctica	CB2 / CB4/ CB5 B5/B6 C5 A2 / A6 /A9	<b>EVALUACIÓN CONTÍNUA</b> Diseño, elaboración y aplicación de ejercicios/sesiones de entrenamiento en el fútbol	30%
Trabajos teórico - prácticos	CB2/CB4 B5/B6 C5 A4/A7/A9	<b>EVALUACIÓN CONTÍNUA.</b> Desarrollo de trabajos escritos y/o exposiciones sobre metodología y entrenamiento en el fútbol.	40%

#### **Actividades de evaluación final**

Descripción de la actividad	Competencias	Evaluación de la actividad	% del total
Examen: parte teórica	CB3 / CB4/ CB5 B3 / B4 C1/ C3/ C4 A2/A3/A4/A6	<b>EVALUACIÓN FINAL</b> Prueba escrita individual con preguntas tipo test o de desarrollo breve.	30%
Examen: parte práctica		<b>EVALUACIÓN FINAL</b> Resolución y análisis de situaciones prácticas que pretenden valorar la aplicación metodológica de los contenidos.	40%
Trabajo teórico - práctico		<b>EVALUACIÓN FINAL</b> Elaboración y realización de un trabajo monográfico guiado sobre los contenidos de la asignatura.	30%

#### **Cualificación para la evaluación continua y final.**

Es necesario asistir al 90% de las sesiones (tanto de aula como las de campo) para poder ser evaluado en el formato de EVALUACIÓN CONTINUA.

Las actividades de la EVALUACIÓN CONTINUA se deben presentar antes del día del examen para poder optar a realizar el examen de la asignatura. Si no se llega al 5 en alguna actividad se debe recuperar y se debe entregar como fecha máxima el día del examen de la evaluación final. Si no se ha entregado alguna/s de las/s actividad/es el alumno irá directo a la evaluación final.

Es necesario superar cada una de las partes y de las actividades de evaluación con un 5 para poder hacer la media tanto en la EVALUACIÓN CONTINUA como en la EVALUACIÓN FINAL.

La/s parte/s suspendida/s en la EVALUACIÓN CONTINUA se puede/n recuperar en la evaluación final.

El trabajo de la asignatura se debe presentar con fecha máxima el día del examen de la evaluación correspondiente (tanto para la evaluación continua como para la evaluación final).

#### **Se deberá de presentar en la evaluación final todo el alumnado que:**

- Haya suspendido alguna/s de las partes de la evaluación continua. En este caso se debe recuperar la parte suspendida y la nota máxima será un 5 en dicha parte.
- Todo el alumnado que no haya asistido al 90% de la evaluación continua. Deberá seguir los criterios de evaluación final (por lo que respecta a examen teórico como al práctico).

- Es necesario que el alumnado asista a las clases prácticas de campo con la ropa deportiva y calzado adecuados (botas de fútbol) para la práctica deportiva.

**Criterios específicos de la nota «No Presentado»:**

Se considerará un alumno no presentado aquel que haya realizado menos del 50% de las actividades de evaluación continua o no se ha presentado a la evaluación final o a la evaluación única.

## Referencias bibliográficas

---

- 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.
- Frattarola, 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). Fútbol: 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). ¿Qué 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.