

**FITXA IDENTIFICATIVA****Dades de l'Assignatura**

Codi	33232
Nom	Aplicació específica a l'entrenament en futbol
Cicle	Grau
Crèdits ECTS	6.0
Curs acadèmic	2024 - 2025

Titulació/titulacions

Titulació	Centre	Curs	Període
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport	4	Primer quadrimestre
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport	4	Primer quadrimestre

Matèries

Titulació	Matèria	Caràcter
1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.	30 - Aplicació específica a l'entrenament en Fútbol	Optativa
1331 - Grau en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (Ont)	30 - Aplicació específica a l'entrenament en Futbol	Optativa

Coordinació

Nom	Departament
ARANDA MALAVES, RAFAEL	122 - Educació Física i Esportiva

RESUM

L'objectiu de l'assignatura "Aplicació específica a l'entrenament en futbol" és proporcionar al futur graduat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport unes habilitats per a l'entrenament d'equips de futbol buscant la millora del rendiment de forma específica. Aquesta assignatura deu de respondre a les característiques que s'esperen d'una assignatura optativa ubicada al quart curs del grau. Així, pretindrà ésser explicativa dels conceptes i procediments específics d'aquest esport i pretindrà desenvolupar les habilitats necessàries per a l'entrenament individual del/la futbolista i de l'equip de futbol.



El fet de que al pla d'estudis hi haja una assignatura obligatòria introductòria al futbol com a esport col·lectiu suposa un avantatge per a l'impartició d'aquesta assignatura, garanteix que tots els alumnes tinguen un bagatge comú. No obstant, cal reconèixer una gran heterogeneïtat de l'alumnat en quant a habilitats adquirides fora de la universitat, així com la reduïda càrrega lectiva de l'assignatura, els quals suposen desavantatges que hem de tenir en compte a l'hora de portar a terme la docència.

Entenem que l'assignatura "Aplicació específica a l'entrenament en futbol" va a oferir una formació completa per al graduat/da en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport que vullga aprofundir en els coneixements i habilitats necessaris per a aplicar-los a l'àmbit professional del futbol. Precisant un poc més, l'assignatura es justifica per la necessitat de dotar a l'estudiant de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de coneixements teòrics i pràctics per a la planificació, disseny, organització i valoració d'activitats d'entrenament per a la millora del rendiment en futbol.

CONEIXEMENTS PREVIS

Relació amb altres assignatures de la mateixa titulació

No heu especificat les restriccions de matrícula amb altres assignatures del pla d'estudis.

Altres tipus de requisits

Cap.

1312 - Grau CC.Act.Fís.Esp.

- Conèixer i comprendre els fonaments de l'entrenament esportiu en esports col·lectius.
- Planificar, desenvolupar i avaluar el procés d'entrenament d'habilitats motores en els diferents nivells i entorns de pràctica.
- Aplicar els principis fisiològics, biomecànics, comportamentals i socials als diferents camps de l'activitat física i l'esport
- Aplicar els principis de l'entrenament al futbol
- Dissenyar, desenvolupar i avaluar els processos dels esports col·lectius atenent les característiques individuals, grupals i col·lectives
- Aplicar les tecnologies de la informació i la comunicació (TIC) a l'àmbit de l'entrenament esportiu

- Conèixer el futbol, la seua estructura i les seues característiques com a esport col·lectiu, de contacte i de baló, així com les propietats de la competició.
- Conèixer les diferents classificacions de les accions técnico-tàctiques del futbol, així com els diferents criteris utilitzats.
- Ser capaç de manipular els aspectes estructurals del joc per a dissenyar activitats d'entrenament per a l'ensenyament aprenentatge de les accions técnico-tàctiques.
- Conèixer les diferents qualitats motius bàsiques, la seua relació, així com la importància de cadascuna d'elles al futbol.



- Conèixer les característiques dels esforços en futbol així com les qualitats motrius específiques del futbol.
- Conèixer els mètodes d'entrenament per a la millora de les qualitats motrius bàsiques i específiques del futbol.
- Ser capaç de manipular els aspectos estructurals del joc per a dissenyar activitats d'entrenament per a la millora de les qualitats motrius específiques del futbol.
- Conèixer els principis fonamentals del joc ofensiu i defensiu i ésser capaç d'aplicar-los als diferents tipus d'atac i de defensa.
- Conèixer i ésser capaç de millorar les transicions atac-defensa i defensa-atac del joc.
- Conèixer les accions a baló parat (ABP) i ésser capaç de dissenyar i organitzar l'equip en aquest tipus d'accions
- Ser capaç d'analitzar un equip mitjançant la observació per a detectar els principis tàctics que utilitza
- Conèixer la organització d'una escola i d'un club de futbol i la seua relació amb els estaments federatius.

DESCRIPCIÓ DE CONTINGUTS

1. Característiques fonamentals de l'entrenament al futbol

- 1.1.- Elements estructurals y funcionals al futbol
- 1.2.- Les accions tècnico-tàctiques al futbol.

2. Les qualitats motrius bàsiques i específiques implicades al futbol

- 2.1.- La força-velocitat al futbol.
- 2.2.- La resistència al futbol.
- 2.3.- La resistència a esforços repetits al futbol.

3. La tàctica i l'estratègia al futbol

- 3.1.-La organització del joc ofensiu y defensiu en el futbol.
- 3.2.- La organització de les transicions en el futbol.
- 3.3.- Els sistemes de joc aplicats al futbol.
- 3.4.- Les accions a baló parat.
- 3.5.- L'escouting d'un equip rival.

4. La organització i direcció d'un equip de futbol

- 4.1.- Estaments y estructura organitzativa d'un equip de futbol
- 4.2.- Les escoles de futbol.
- 4.3.- La contractació de personal a un equip de futbol

**VOLUM DE TREBALL**

ACTIVITAT	Hores	% Presencial
Classes de teoria	30,00	100
Pràctiques en aula	30,00	100
Elaboració de treballs en grup	10,00	0
Elaboració de treballs individuals	10,00	0
Estudi i treball autònom	7,00	0
Lectures de material complementari	7,00	0
Preparació d'activitats d'avaluació	14,00	0
Preparació de classes de teoria	10,00	0
Preparació de classes pràctiques i de problemes	15,00	0
Resolució de casos pràctics	15,00	0
TOTAL	148,00	

METODOLOGIA DOCENT

Metodologia docent

Els mètodes d'ensenyament que utilitzarem durant el curs son:

- Aprenentatge en grups:
 - Dinàmiques de grup.
 - Aprenentatge cooperatiu.
 - Estudi de casos.
 - Aprenentatge orientat a projectes.
- Aprenentatge autònom.
- Lliçó magistral.
- Tutories.

En les classes teòriques i pràctiques que es realitzen en l'aula utilitzarem les lliçons magistrals, les exposicions per part del alumnes, les xicotetes dinàmiques de grup, l'estudi de casos, l'aprenentatge cooperatiu i pautarem l'aprenentatge autònom, mentre que en el camp els estudiants participaran en les activitats pràctiques de futbol, vivenciant com a jugadors aquelles experiències pràctiques que proposa el professor ó els propis companys. Els estudiants son estimulats al principi de la pràctica a reflexionar sobre allò que estan fent, per a després, en la part final, utilitzar el mètode socràtic mitjançant de preguntes, respostes i suggerències.

En las pràctiques que es realitzen en casa s'utilitzaran estratègies per al procesament de la informació, com l'elaboració de mapes conceptuals, així com l'aprenentatge autònom.



Els treballs es realitzaran per parelles d'alumnes o individuals així com les exposicions en classe. Els treballs que es desenvolupen en el camp seran individuals fonamentalment, encara que en certs casos podran ser per parelles.

Les tutories serviran per a supervisar els treballs i per a poder resoldre qualsevol dubte o problema respecte a algun contingut o procediment de l'assignatura.

AVALUACIÓ

Per a realitzar l'avaluació sumativa de l'alumnat, la proposta avaluativa és la següent:

- El 25% de la nota correspondrà a l'exam (o a la mitja dels exams en cas de fer-ne més d'un). L'assistència a jornades, seminaris i/o tallers relacionats amb la matèria, com per exemple la Jornada promoguda per la Unitat Docent d'Entrenament i Alt Rendiment, o per la Unitat Docent de Fonaments dels Esports, o la visita organitzada a clubs de futbol fora de l'horari de l'assignatura es tindrà en compte en la nota de l'exam, podent suposar fins a 1 punt de l'exam.
- El 25% la mitja ponderada de les notes obtingudes als treballs teòrics i tasques realitzats durant el curs a las sessions teòriques o mitjançant l'aula virtual, les quals deuran de ser entregades dins el termini establert pel professorat o durant la mateixa sessió teòrica.
- El 20% la tasca Programació de l'Entrenament, la qual es prepara en casa y se pujará a l'aula virtual en el termini que s'estableixca a l'esmentada tasca.
- El 30% la mitja ponderada de las notes obtingudes en les pràctiques que es realitzen al llarg del curso.

Cadascun dels apartats anteriors (a. b. c. y d.) s'hauran d'aprovar independentment.

Situacions que impedeixen l'avaluació sumativa:

La no realització de l'exam (apartat a).

La falta de més del 20% dels treballs teòrics y tasques (apartat b).

La no entrega de la tasca de Programació d'Entrenament a l'aula virtual en el termini establert (apartat c).

La falta d'assistència a més del 20% de les classes pràctiques (apartat d).

No existeix cap tipus d'exempció en les classes pràctiques (treball, enfermetat, lesió, competicions, etc.). En les classes pràctiques no es distingeixen faltes justificades i no justificades a efecte de faltes. Per a les necessitats personals, l'alumnat deu de reservar el 20% de les faltes permeses.

Aquell alumnat que no puga acollirse a l'avaluació contínua sumativa deurà de realitzar un exam teòric-pràctic de tot el contingut de la matèria, que podrà ser presencial o a distància a través de l'aula virtual a criteri del professorat. La puntuació final serà la nota obtinguda a l'exam final. La nota en el caso de la segona convocatòria serà l'obtinguda a l'exam teòric-pràctic de tot el contingut de la matèria.



Es recorda a l'alumnat que la copia literal, total o parcial, d'obres alienes presentant-les com pròpies es considerarà una conducta inacceptable a l'àmbit acadèmic. Per altra banda, i per la Llei de Propietat Intel·lectual, estan habitualment prohibides les reproduccions totals o parcials de les obres alienes, podent incurrir el seu incompliment en les corresponents faltes o delictes penals.

REFERÈNCIES

Bàsiques

- Ardá, A. i Casal, C. (2005). Metodología de la enseñanza del futbol. Barcelona. Paidotribo.
- Casamichana et al. (2016) Los juegos reducidos en el entrenamiento del fútbol. Ed: Futbol de libro.
- Castellano, J. & Casamichana, D. (2017). El arte de planificar en fútbol. Ed: Futbol de libro.
- Castelo, J. (1999). Futbol. Estructura i dinàmica del juego. Inde. Barcelona.
- Gréhaigine, J. F. (2001). La organización del juego en el futbol. Barcelona, INDE.
- Mombaerts, É. (2000). Futbol. Del análisis del juego a la formación del jugador. Ed. Inde. Barcelona.
- Bompa, T. O. (2003). Periodización. Teoría y metodología del entrenamiento. Barcelona. Hispano-Europea.
- Cometti, G. (1999). Fútbol y musculación. Barcelona, INDE
- Lago Peñas, C. (2002). La Preparación Física en el Fútbol. Madrid, Biblioteca Nueva.
- Gómez Piqueras, P. (2012) La preparación física del fútbol contextualizada en el fútbol. Pontevedra. MC Sports
- Bangsbo, J. (1997). Entrenamiento de la condición física en el futbol. Barcelona: Paidotribo.
- Godik, M.A. i Popov A.V. (1993). La preparación del futbolista. Barcelona: Paidotribo
- Cometti, G. (1999). Fútbol y musculación. Barcelona, INDE
- Mercé, J. (2000). Los sistemas de juego. El sistema 1 4 4 2. Sevilla. Ed. Wanceulen.
- Mercé, J. y Aranda, R. (2001). Fútbol. El sistema 1 4 2-3 1. Sevilla. Ed. Wanceulen.

Complementàries

- Aranda R, González-Ródenas J, López-Bondia I, Aranda-Malavés R, Tudela-Desantes A and Anguera MT (2019) REOFUT as an Observation Tool for Tactical Analysis on Offensive Performance in Soccer: Mixed Method Perspective. *Frontiers in Psychology*. 10:1476. doi: 10.3389/fpsyg.2019.01476
- Bayer, C. (1986). La enseñanza de los juegos deportivos col·lectius, Barcelona: Hispano Europea.
- Blázquez Sánchez, D. (1986). La Iniciación a los deportes de equipo. Ed. Martínez. Roca. Barcelona.
- d'Ottavio, S. (2001). El rendimiento del joven futbolista. Barcelona: Paidotribo
- Devís, J. i Peiró, C. (1992) (comps.) Nuevas perspectivas curriculares en la educación física: la salud i los juegos modificados. Barcelona. INDE.
- González Badillo, J. J. and J. Ribas (2002). Bases de la programación del entrenamiento de fuerza. Barcelona, INDE.
- González Badillo, J. J. et al. (2017). La velocidad de ejecución como referencia para la programación, control y evaluación del entrenamiento de fuerza. Ergotech consulting SL.



- González-Rodenas J, Aranda-Malavés R, Tudela-Desantes A, Nacher F, Usó F, and Aranda R (2020) Playing tactics, contextual variables and offensive effectiveness in English Premier League soccer matches. A multilevel analysis. PlosOne 15(2): e0226978. doi: 10.1371/journal.pone.0226978
- González-Rodenas J, Aranda-Malavés R, and Aranda R (2020) The effect of contextual variables on the attacking style of play in professional soccer. Journal of Human Sport and Exercise, in press. doi:10.14198/jhse.2021.162.14
- Hernández Moreno, J. (2001). La iniciación a los deportes desde su estructura i dinámica. Aplicación a la E. F. escolar i al entrenamiento deportivo. Barcelona, INDE.
- López Chicharro, JL y Vicente Campos, D. (2018). HIIT: Entrenamiento Interválico de Alta Intensidad. Bases Fisiológicas y Aplicaciones Prácticas. López Chicharro Editores
- Martin, D.; Carl, K. Lehnertz, K. (2001). Manual de metodología del entrenaiento deportivo. Barcelona, Paidotribo
- Mitrotasios, M., Gonzalez-Rodenas, J., Armatas, V and Aranda, R. (2019). The creation of goal scoring opportunities in professional soccer. Tactical differences between Spanish La Liga, English Premier League, German Bundesliga and Italian Serie A, International Journal of Performance Analysis in Sport, 19:3, 452-465, DOI: 10.1080/24748668.2019.1618568
- Wein, H. (1995). Futbol a la medida del niño. RFEF. Madrid.
- Wein, H. (1999). Futbol a la medida del adolescente. CEDIFA. Sevilla