

**FICHA IDENTIFICATIVA****DATOS DE LA ASIGNATURA****Código:** 33223**Nombre:** Entrenamiento Deportivo: Técnica y Táctica**Ciclo:** Grado**Créditos ECTS:** 6**Curso académico:** 2026-27**TITULACIONES**

Titulación	Centro	Curso	Periodo
1312 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Vcia)	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	3	Primer cuatrimestre, Segundo cuatrimestre
1331 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Ont)	Facultat de Ciències de l'Activitat Física i Esports	3	Segundo cuatrimestre

MATERIAS

Titulación	Materia	Carácter
1312 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Vcia)	Entrenamiento deportivo: técnica y táctica	OBLIGATORIA
1331 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Ont)	Entrenamiento deportivo: técnica y táctica	OBLIGATORIA

COORDINACIÓN

GUZMAN LUJAN JOSE FRANCISCO

MUNDINA GOMEZ JOSE JAVIER

DE MATIAS CID PEDRO JOSE

RESUMEN

La asignatura Entrenamiento Deportivo: Técnica y Táctica es una asignatura troncal de carácter Cuatrimestral que se imparte en el tercer curso del Grado en Ciencias de la actividad Física y el Deporte. En el plan de estudios en vigor, Plan 2009, consta de un total de 6 créditos. Con esta asignatura se pretende que el alumno profundice en aquellos conocimientos del entrenamiento de la técnica y de la táctica deportiva adquiridos en las disciplinas deportivas que le sean de mayor conocimiento y que, en



ciertos aspectos, los complete.

Estos conocimientos y aptitudes establecerán los cimientos imprescindibles para que el estudiante pueda abordar posteriormente el estudio de las distintas disciplinas deportivas dado que en todas ellas aparece el acto técnico y táctico.

Esta asignatura nace de la necesidad de mostrar los conocimientos del entrenamiento de la técnica y de la táctica en el ámbito del entrenamiento deportivo. La materia se desarrolla en un espacio empírico y teórico. La distribución de los contenidos se realizará en sesiones tanto teóricas como prácticas, con el objetivo de que se les garantice a los alumnos el conocimiento y el dominio de las competencias que se necesitan en el ámbito laboral del entrenamiento deportivo.

La evolución del entrenamiento deportivo obliga a la incorporación de materias que ayuden a la formación de nuestros alumnos en los aspectos técnico tácticos de los distintos deportes.

De todo esto se desprende que la materia garantiza que se combinen de forma adecuada las sesiones teóricas y prácticas y que el alumno tenga que realizar los trabajos que las prácticas le demanden.

los trabajos que las prácticas le demanden.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS DE LA MISMA TITULACIÓN

No se han especificado restricciones de matrícula con otras asignaturas del plan de estudios.

OTROS TIPOS DE REQUISITOS

Dado que es una asignatura de tercer curso se recomienda que el alumno que la curse haya superado con éxito las asignaturas de deportes de los dos primeros cursos del grado.

COMPETENCIAS / RESULTADOS DE APRENDIZAJE

1312 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (Vcia)

Aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC).

Aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Aprender a planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento de habilidades motrices en sus distintos niveles y entornos de práctica.

Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de aprendizaje y entrenamiento de la táctica deportiva.



Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de aprendizaje y entrenamiento de la técnica deportiva.

Conocer y aplicar los principios del entrenamiento al entrenamiento de la técnica y de la táctica.

Desarrollar hábitos de excelencia y calidad para el ejercicio profesional

1331 - Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Ont)

Aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC).

Aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Aprender a planificar, desarrollar y evaluar el proceso de entrenamiento de habilidades motrices en sus distintos niveles y entornos de práctica.

Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de aprendizaje y entrenamiento de la táctica deportiva.

Capacidad para diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de aprendizaje y entrenamiento de la técnica deportiva.

Conocer y aplicar los principios del entrenamiento al entrenamiento de la técnica y de la táctica.

Desarrollar hábitos de excelencia y calidad para el ejercicio profesional

DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS

1. Concepto de técnica, táctica y estrategia.

Definición de entrenamiento y rendimiento. Descripción de la dirección y regulación del entrenamiento. Principios generales del entrenamiento de la técnica y la táctica. Definición y características de la técnica y la táctica.

2. La acción de juego. Factores que configuran la estructura funcional del deporte.

Concepto de acción y situación de juego. Modelos de análisis de la estructura y dinámica del deporte. Factores que configuran la estructura del deporte. Clasificaciones de los deportes. Características de cada tipo de deportes.

Concepto de habilidad motriz, eficiencia motriz y aprendizaje técnico. Modelos de control motor. Procesos



3. La técnica en el deporte. Práctica y entrenamiento.

de la ejecución y aprendizaje de las técnicas deportivas. Los medios del entrenamiento. Los juegos. Las tareas motrices. Consideraciones globales del entrenamiento de la técnica en relación con la dificultad de las destrezas deportivas.

4. Comunicación entrenador-deportista.

La comunicación básica y el proceso de interacción entrenador deportista. Concepto, tipos y características del feedback suplementario. Directrices para la aplicación de este para el aprendizaje y optimización del entrenamiento de la técnica. El cuestionamiento.

5. La acción táctica en los deportes.

El saber interactivo en el deporte. Definición y caracterización funcional de la táctica deportiva. Modelos de aprendizaje y entrenamiento táctico.

6. El proceso de enseñanza/aprendizaje de la técnica, la táctica y la estrategia.

La transferencia. La retención. El sobreaprendizaje. La variabilidad y aleatoriedad de la práctica. El aprendizaje global y por partes. La cantidad, duración y frecuencia de la práctica. Los objetivos del entrenamiento de la táctica. Sistematización del entrenamiento de la técnica.

7. La táctica y los procesos de control del entrenamiento.

El modelo didáctico funcional para el entrenamiento de la táctica. Programación y principios de entrenamiento de la táctica. Orientaciones metodológicas. Organización de contenidos. Modelos de planificación.

8. Análisis de Rendimiento en los deportes.

Funciones del entrenador. Fundamentos, componentes y valor práctico del análisis de rendimiento. El analista deportivo.

9. Recursos del entrenador para optimizar el entrenamiento de la técnica y la táctica

Concepto y aplicación del entrenamiento psicológico. Entrenamiento psicológico específico para el entrenamiento y para la competición. El entrenamiento en destrezas psicológicas.

**VOLUMEN DE TRABAJO (HORAS)****ACTIVIDADES PRESENCIALES**

Actividad	Horas
Teoría	30,00
Prácticas en aula	30,00
Total horas	60,00

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

Actividad	Horas
Asistencia a otras actividades	5,00
Elaboración de trabajos individuales o en grupo	30,00
Estudio y trabajo autónomo	30,00
Preparación de clases	10,00
Preparación de actividades de evaluación	5,00
Resolución de casos prácticos	10,00
Total horas	90,00

METODOLOGÍA DOCENTE

Los métodos de enseñanza que utilizaremos durante el curso son:

- Aprendizaje en grupo con el profesor de clases teóricas.

La parte inicial de cada tema, en la que se establece el marco teórico, durará 2 ó 4 horas, dependiendo de los contenidos nuevos a introducir y de la dinámica de la clase. Se pretende exponer los conceptos de tal forma que susciten preguntas e inquietudes entre los alumnos para llevar a cabo un planteamiento metodológico activo que estimule su participación.

- Aprendizaje en grupo con compañeros y análisis de casos en las sesiones prácticas.

Constituye un punto básico en la forma de desarrollar la asignatura. En cuanto a las sesiones prácticas se organizarán pequeños grupos que agilizarán la dinámica de las clases. El control de estos pequeños grupos correrá a cargo de los propios alumnos, produciéndose un continuo feedback entre sus miembros. En pequeños grupos se hará:

Formulación desarrollo y contrastación de una hipótesis de trabajo sobre una situación deportiva en donde pueda aplicarse los conocimientos teóricos o prácticos expuestos en la asignatura.

Reflexión sobre documentación pertinente en pequeños grupos sobre una base propuesta por el profesorado con metodología específica de dinámica de grupos.



Realización de seminarios prácticos sobre los contenidos impartidos en la parte teórica.

- Tutorías.

Las tutorías se realizarán de forma individual o grupal, utilizando el horario de atención de alumnos. Serán especialmente valoradas, a través de las cuales los alumnos pueden estar en continuo contacto con el profesorado. El objetivo general de esta labor consiste en crear un clima positivo de relación. A partir de esa mejora de las relaciones interpersonales, la acción tutorial puede realizar una importante labor orientadora asentada en el asesoramiento, la coordinación de trabajos individuales o en grupo y el ofrecimiento de alternativas o consejos sobre una determinada actividad, o la aclaración de dudas que hayan podido surgir sobre cualquier tema.

- Estudio individual y participación en foros de discusión.

Se trata de dirigir al estudiante en actividades orientadas al aprendizaje. El modelo a aplicar es el participativo donde el alumno recoge información, analiza, plantea actividades y obtiene conclusiones.

- Las TICs

El trabajo de análisis de técnica y táctica de diferentes deportes, ha de tener la siguiente estructura:

- 1.-Descripción de la técnica (utilizando imágenes y videos).
- 2.-Descripción de la táctica (utilizando imágenes y videos).
- 3.-Grabación de ejercicios para el desarrollo de la técnica o de la táctica.
nes y videos).
- 3.-Grabación de ejercicios para el desarrollo de la técnica o de la táctica.

EVALUACIÓN

Sistema de evaluación de la asignatura

Para realizar la evaluación del alumno, la propuesta de calificación final es la siguiente:

- a) El 50 % examen teórico.
- b) El 50 % parte práctica. Este apartado consiste en la realización de trabajos en grupo (20%) y una evaluación individual (30%) mediante la realización de trabajos, asistencia a seminarios de clase y



evaluación práctica. Estos criterios serán explicados en la primera sesión del curso.

Para aprobar la asignatura se deben tener aprobados cada uno de los apartados indicados para la calificación final. La asistencia con participación activa es obligatoria en las clases prácticas, pudiendo justificarse hasta un 20% por causas de fuerza mayor.

Aquellos alumnos/as que no cumplan con los requisitos anteriormente comentados tienen derecho a una la realización de un examen teórico-práctico adicional y presentar los trabajos acordados para aprobar el apartado practico de la asignatura.

La copia literal, total o parcial, de obras ajenas, y presentarlas como a propias, se considera una conducta inaceptable en el ámbito académico. Por otra parte, y por la Ley de Protección de la Propiedad Intelectual, están prohibidas las reproducciones totales o parciales de las obras ajenas. El incumplimiento de esta ley puede dar lugar a las correspondientes faltas

dar lugar a las correspondientes faltas

BIBLIOGRAFÍA

- GARCÍA MANSO, J.M. Planificación del entrenamiento deportivo. Gymnos. 1996. Madrid.
- GIL, J. Entrenamiento mental para deportistas y entrenadores de élite. INVESCO Valencia. 1991
- HERNANDEZ, J. Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo. Inde. 1994. Barcelona.
- MAHLO, F. L'acte tactique en jeu. Vigot. 1969.
- MARTIN, R. LAGO, C. Deportes de equipo. Comprender la complejidad para elevar el rendimiento. Inde. 2005.
- MATVEIEV, L. Periodización del entrenamiento deportivo. Inef. 1977. Madrid.
- MATVIEIV, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo. Raduga. 1980. Moscú.
- NAGLAK, Z. Entrenamiento deportivo. Inef. 1977. Madrid.
- NAVARRO, F. Guía didáctica del entrenamiento deportivo. Centro olímpico de estudios superiores. C.O.E. 1996. Madrid.



- ORTEGA F. (2010) El hechizo de Caissa. Valencia. Viceversa.
- PARLEBAS, P. Elementos de sociología del deporte. J.A. 1998. Málaga.
- PLATONOV, V.N. El entrenamiento deportivo. Teoría y metodología. Paidotribo. 1984. Barcelona.
- RUIZ, L.M. y SÁNCHEZ, F. Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes. Gymnos. 1997.
- SAMPEDRO, J. Análisis praxiológico de los deportes de equipo. Inef. 1996. Madrid.
- SAMPEDRO, J. Fundamentos de táctica deportiva. Análisis de la estrategia de los deportes. Gymnos. 1999. Madrid.
- SUN TZU. El arte de la guerra. Diferentes versiones: Efad, S.A. Thomas Cleary. Arca de Sabiduría (1999).
- BAYER, C. Técnica: La formación del jugador. Hispano-Europea. 1987. Barcelona.
- DELGADO NOGUERA, M.A. Influencia entre la información visual y verbal en la iniciación al fútbol. Inef. 1983. Madrid.
- DICK, FW. Principios del entrenamiento deportivo. Paidotribo. Barcelona. 1993
- DUFOUR, J. La reflexión táctica. R.E.D. vol III. nº 1. 1989.
- GARCIA ANTÓN, M^a.T., MARTÍN PÉREZ y NIETO BONA, A. Visión Deportiva. Revista Gaceta Óptica. nº 273. 1994. Madrid.
- PARLEBAS, P. Estructuras y conductas motrices. Revista Educación Fisyque et Sport. nº 93. 03. 1968. París.
- PINAUD, PH. La percepción visual en las acciones de juego. La percepción visual en las acciones tácticas I y II. Congreso internacional de balonmano. Inef. 1992. Madrid.
- QUEVEDO, L. SOLE, J. Baloncesto: Habilidades visuales y su entrenamiento. R.E.D. Vol IV - nº 6. 1990.



- RIERA, J. Fundamentos del aprendizaje de la técnica y la táctica deportiva. Inde 1998. Barcelona.
ç -Connolly, F., & White, P. (2017). Game changer. Simon and Schuster. -Martin, D., Carl, K., & Lehnertz, K. (2007). Manual de metodología del entrenamiento deportivo (Vol. 24). Editorial Paidotribo. -Seirullo, F. (2017). El entrenamiento en los deportes de equipo. Autor Editor.