

PROGRAMA

VALORACIÓN DEL DEPORTISTA. APLICACIONES PRÁCTICAS Y ESTRATEGIAS PARA LA CUANTIFICACIÓN DE LA CARGA DE ENTRENAMIENTO

ÁREA TEMÁTICA: Deporte de Rendimiento

TIPOLOGÍA: Curso IAD

MODALIDAD: Presencial

CÓDIGO: 2011 444 01

NÚM. DE PLAZAS: Limitadas

PRECIO PÚBLICO: Gratuito

FECHA: 18 y 19 de noviembre

LUGAR: Estadio Iberoamericano de Atletismo. C/ Honduras s/n. 21007 Huelva

NÚM. DE HORAS: 15

DIRECCIÓN: Raquel Escobar Molina. Doctor en Ciencias del Deporte. Profesora del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada. Vicedecana de Relaciones Institucionales.

PROFESORADO

- José Conde González. Doctor en Ciencias del Deporte. Profesor del Área de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Sevilla.
- María Isabel Piñar López. Doctor en Ciencias del Deporte. Profesora del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada.
- Mikel Zabala Díaz. Doctor en Ciencias del Deporte. Profesor del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada.

OBJETIVOS

- Conocer las nuevas tendencias para la planificación del entrenamiento deportivo.
- Valorar la importancia de una adecuada cuantificación de las cargas de entrenamiento.
- Intercambiar experiencias sobre la temática.

CONTENIDOS

- Aportaciones de la metodología observacional al proceso de entrenamiento.
- El deportista 2.0 y las últimas tendencias para controlar su proceso de entrenamiento.
- El error de descartes y las cargas de entrenamiento.
- Propuesta práctica para el control de la carga neuromuscular

ESTRUCTURA, CONTENIDO Y PROFESORADO

18 de noviembre		
HORARIO	CONTENIDO	PONENTES
11:00–11:30	Recepción-inauguración	Director actividad, IAD y CTCD
11:30–12:30	Aportaciones de la metodología observacional al proceso de entrenamiento	María Isabel Piñar
12:30–12:45	Descanso	
12:45–14:45	Aportaciones de la metodología observacional al proceso de entrenamiento	María Isabel Piñar
14:45–16:30	Descanso	
16:30–18:30	El deportista 2.0 y las últimas tendencias para controlar su proceso de entrenamiento	Mikel Zabala
18:30–19:00	Descanso	
19:00–21:00	El deportista 2.0 y las últimas tendencias para controlar su proceso de entrenamiento	Mikel Zabala

19 de noviembre		
HORARIO	CONTENIDO	PONENTES
9:00–11:30	El error de descartes y las cargas de entrenamiento	José Conde
11:30–12:00	Descanso	
12:00–14:00	Propuesta práctica para el control de la carga neuromuscular	José Conde
14:00–14:30	Clausura	Director actividad, IAD y CTCD

DESTINATARIOS

- Licenciados en Ciencias del Deporte.
- Técnicos deportivos.
- Personas que tengan o cursen estudios relacionados con la materia.