

Guía docente de la asignatura

**Iniciación y Especialización  
Temprana en el Deporte****Fecha última actualización: 30/06/2021****Fecha de aprobación:****Educación Física y Deportiva: 07/07/2021****Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal:  
30/06/2021****Grado**Grado en Ciencias de la  
Actividad Física y del Deporte**Rama**

Ciencias Sociales y Jurídicas

**Módulo**

Entrenamiento Deportivo

**Materia**Iniciación y Especialización  
Temprana en el Deporte**Curso**4<sup>o</sup>**Semestre**2<sup>o</sup>**Créditos**

6

**Tipo**

Optativa

**PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES**

Tener cursadas las asignaturas de Deportes: (obligatoria de 1<sup>o</sup> y 2<sup>o</sup> curso) y la asignatura de Perfeccionamiento deportivo en algún deporte específico (optativa de 3<sup>o</sup> curso)

Recomendaciones:

Conocimiento del inglés como herramienta de uso bibliográfico.

Realizar las asignaturas de Entrenamiento deportivo

**BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)**

Introducción a los aspectos teóricos y metodológicos de la iniciación deportiva y especialización temprana en el deporte. Estructuración del proceso de entrenamiento desde la iniciación al alto nivel. Detección y selección de talentos en el deporte

**COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA****COMPETENCIAS GENERALES**

- CG01 - Capacidad de análisis y síntesis
- CG02 - Capacidad de organización y planificación
- CG03 - Comunicación oral y escrita
- CG05 - Destrezas informáticas y telemáticas
- CG06 - Capacidad de acceso y gestión de la información
- CG07 - Capacidad de resolución de problemas
- CG08 - Capacidad de toma de decisiones de forma autónoma
- CG09 - Capacidad de trabajo en equipo



- CG11 - Habilidades en las relaciones interpersonales
- CG13 - Capacidad crítica y autocrítica
- CG14 - Compromiso ético en el desarrollo profesional
- CG17 - Autonomía en el aprendizaje
- CG18 - Flexibilidad y capacidad de adaptación a nuevas situaciones
- CG19 - Capacidad de Liderazgo y Empatía
- CG20 - Capacidad de Creatividad
- CG22 - Iniciativa y espíritu emprendedor
- CG23 - Motivación por la calidad

### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE06 - Planificar, desarrollar y controlar el proceso de entrenamiento en sus distintos niveles
- CE07 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada tipo de actividad
- CE09 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de programas de entrenamiento y de actividades físico deportivas
- CE11 - Diseñar, desarrollar y evaluar los procesos de enseñanza/aprendizaje relativos a la actividad física y el deporte con atención a las características individuales y contextuales de las personas
- CE19 - Planificar, desarrollar y evaluar la realización de actividades físico-deportivas recreativas
- CE21 - Seleccionar y saber utilizar el material y equipamiento deportivo adecuado para cada actividad físico-deportiva recreativa
- CE23 - Aplicar las tecnologías de la información y de la comunicación (TIC) al ámbito de las CC del A F y D.
- CE24 - Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo
- CE25 - Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones de resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo
- CE26 - Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

#### 1) Generales

1. Concienciar las funciones y roles del Licenciado en Ciencias del Deporte como educador o técnico deportivo.
2. Promover la investigación científica práctica en la iniciación deportiva y estimular el sentido crítico.
3. Conocer los principios de la iniciación deportiva desde un enfoque multipropósito.
4. Situar la especialización temprana y relacionarla con los requerimientos y exigencias de la especialidad deportiva.

#### 2) Específicos

1. Clasificar las disciplinas deportivas y su proceso de iniciación, basándolas en el perfil de la especialidad.
2. Conocer los principios de la salvaguardia en el deporte y la prevención del acoso y el abuso en el deporte.
3. Saber orientar el proceso de entrenamiento, en relación a su estructura, desde la base al alto nivel.



4. Orientar el rango de la técnica, condición física, táctica y estrategia sobre los distintos niveles y fases del proceso de entrenamiento deportivo.
5. Diferenciar los procesos de identificación, captación, selección y desarrollo del talento deportivo.
6. Profundizar en los procesos de detección, selección y desarrollo de talentos y exigencias específicas del deporte, teniendo en cuenta las medidas morfológicas, orgánicas, motoras-preceptuales, psicológicas y demográficas /situacionales.
7. Conocer y aplicar las principales baterías de test de fitness orientadas al rendimiento físico y a la salud en poblaciones jóvenes.
8. Identificar, desarrollar y aplicar baterías de test específicas para la detección y selección de talentos deportivos.
9. Determinar el perfil de especialidades deportivas, teniendo en cuenta los aspectos motores, morfológicos, funcionales y psicológicos.
10. Aplicar métodos y sistemas adecuados para el control del entrenamiento deportivo en la edad infantil.

## PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

### TEÓRICO

**UDI. Introducción a los aspectos teóricos y metodológicos de la iniciación deportiva y especialización temprana en el deporte.**

**TEMA 1.** Aspectos conceptuales y terminológicos relativos al entrenamiento, entrenamiento deportivo, entrenamiento infantil, especialización, especialización precoz, especialización prematura, etc.

**TEMA 2.** Edad de inicio de las distintas fases de preparación deportiva en los diversos deportes (La primera experiencia con la actividad física, Edad idónea de los aprendizaje, Motivaciones que llevan a la iniciación temprana, Inicio especialización, Perfeccionamiento deportivo).

**TEMA 3.** Etapas de desarrollo. Descriptores generales de las teorías de la maduración y sus implicaciones para la práctica deportiva y la especialización.

**TEMA 4.** Supuestos científicos que sustentan el proceso de la iniciación deportiva temprana.

**UD II. Salvaguardia de menores en el deporte.**

**TEMA 5.** Definiciones y conceptos relacionados con el maltrato y el abuso en el deporte.

**TEMA 6.** Programas de salvaguardia en el deporte para la prevención del abuso y del acoso (FIFA Guardians, otros.).

**TEMA 7.** Decálogo de normas éticas y de conducta de los diferentes agentes participantes en el desarrollo deportivo (deportistas, entrenadores, directivos, médicos / terapeutas / psicólogos / investigadores, árbitros / jueces, padres). Juramento deontológico-profesional.

**UD III. Estructuración del proceso de entrenamiento desde la iniciación al alto nivel.**

**TEMA 8.** Estructuración de las fases del proceso de entrenamiento desde la base al alto nivel y rango de la técnica, condición Física y táctica en los distintos niveles y fases del proceso de entrenamiento deportivo.



**TEMA 9.** Características de la entrenabilidad de las capacidades físicas en las distintas etapas evolutivas correspondientes a las etapas de desarrollo.

**TEMA 10.** Contenidos del entrenamiento según la fase de desarrollo, relacionados con el perfil de la especialidad.

### UD III. Identificación, selección y desarrollo de talentos en el deporte.

**TEMA 11.** Sistemas para la valoración en la diagnosis del talento.

**TEMA 12.** Procesos de identificación de talentos y exigencias específicas del deporte (Medidas morfológicas, Medidas orgánicas, Medidas motoras y perceptuales, Medidas psicológicas, Medidas demográficas /situacionales).

**TEMA 13.** Baterías de test para la identificación y selección de talentos en deportes específicos.

### UD IV. Beterías de test motores, y de fitness orientados a la mejora de la condición física, al rendimiento deportivo específico y a la salud en niños y jóvenes.

**TEMA 14.** Baterías de test de condición física en relación a la salud (Eurofit, Alpha, Fitnessgram, YMCA Youth fitness test); Test y cuestionarios de percepción del esfuerzo, calidad de vida, calidad de movimiento, etc. (Escala de Borg Funtional Movement Scrinig (FMS), PACT-Q, IPAQ, etc.).

**TEMA 15.** Baterías y test de capacidades físicas condicionales y coordinativas. (test de fuerza, test de resistencia muscular, test de potencia y de capacidad de salto; test de flexibilidad y rom; test de equilibrio y estabilidad; test de coordinación; test de velocidad y agilidad; capacidad cardiorespiratoria y de resistencia).

## PRÁCTICO

Proyecto 1. Desarrollar los diferentes enfoques multipropósito en un deporte específico o especialidad deportiva (formativo / educativo, social integrador, población con necesidades especiales, esparcimiento y recreación, competitivo, profesional, espectáculo, etc.).

Proyecto 2. Desarrollar un programa de salvaguardia en el deporte para niños y jóvenes en un deporte o especialidad deportiva específica. Crear un decálogo de normas éticas y de conducta de los diferentes agentes deportivos y un juramento deontológico.

Proyecto 3. Siguiendo los descriptores de las teorías de la maduración, proponer adaptaciones e implicaciones para la práctica deportiva en las diferentes etapas y los diferentes aspectos de la maduración (motora, física, perceptiva, cognitiva y psico-social).

Proyecto 4. Analizar e Identificar dentro de una disciplina deportiva concreta y un rol específico determinado, la importancia de las diferentes capacidades físicas y si estas son un requisito, una ventaja, un factor no decisivo o una desventaja. En el caso de que sean una desventaja analizar la posible intervención por parte del equipo técnico de las acciones correctoras para minimizarla. Analizar en un deportista específico en activo el nivel de las diferentes capacidades físicas en una escala likert y como se ajustan a esa especialidad y determinar las acciones correctoras en las capacidades más débiles.

Proyecto 5. Seleccionar pruebas o baterías de test para niños y adolescentes, analizando su composición, organización, protocolos, medidas, etc., eligiendo un bloque de test con objetivos



determinados (condición física y salud; percepción del esfuerzo / calidad de movimiento / calidad de vida); fuerza / potencia / capacidad de salto; flexibilidad; equilibrio y estabilidad; coordinación; velocidad y agilidad; cineantropométricas y de composición corporal; funcionales en deportes específicos).

## BIBLIOGRAFÍA

### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- Antón y otros (1989). Entrenamiento deportivo en la edad escolar. UNISPORT. Málaga.
- Arufe, V. (2009). Entrenamiento en niños y jóvenes deportistas. Wanceulen. Sevilla.
- Avella, R.H; Maldonado, C; Ram, S (2015). Entrenamiento deportivo con niños. Kinesis. Armenia-Quindío. Colombia.
- Blázquez y otros (1995). La iniciación deportiva y el deporte escolar. INDE. Barcelona.
- Brown, J. (2001). Sports Talent. Human Kinetics. Canadá
- Castejón, F.J. (2003). Iniciación Deportiva: Enseñanza Y Aprendizaje Comprensivo En El Deporte. Ed. Wanceulen. Sevilla
- Contreras, O; De la Torre, E. Velazquez, R. (2001). Iniciación Deportiva. Ed. Síntesis. Madrid.
- Curbelo, A. (2017). Juegos de iniciación y formación deportiva. De lo simple a lo complejo. Ed. Paidotribo. Barcelona
- García Manso, J.M. (2003). El talento Deportivo. Formación de Elites Deportivas. Gymnos. Madrid.
- George, J.D; Fisherpat, G. (2007). Test y pruebas físicas. Paidotribo Badalona
- Hahn, E. (1988). Entrenamiento con niños. Ed. Martínez Roca. Barcelona.
- Harichausjean, P. (2006). Test de aptitud física y test de esfuerzo: Rendimiento deportivo. Inde. Barcelona.
- LLoid, R.S; Oliver, J.L. (2013). Strength and Conditioning for Young Athletes. Routledge. UK. [www.rotledge.com](http://www.rotledge.com).
- Martinez, E. (2001). La evaluación informatizada en la Educación Física. Paidotribo. Barcelona.
- Martínez, E. (2007). Pruebas de aptitud física. Paidotribo. Barcelona.
- Miller, T. (2016). Guía de pruebas y evaluaciones de la NSCA. Paidotribo. Barcelona.
- Muniesa, C; Santiago, C; Gomez-Gallego, F y Lucía, A (1995). Genética y Deporte. Colección ICD. CSD. Madrid.
- Tomkinson, G.R. (2007). Pediatric Fitness: Secular Trends and Geographic Variability (Medicine & Sport Science S.). Karger.



Varios autores (1995). Indicadores para la detección de talentos. Consejo Superior de Deportes.

Varios autores. (2003). Talentos deportivos. Detección, entrenamiento y gestión. Gobierno de Canarias

Wolstencroff, E. (2002). Talent identification and Development: An academic Review. The University of

Edinburgh. Ed. Sportscotland. Caledonia House. Edinburgh.

### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

De Bosscher, V; De Knop, P; van Bottenburg, M. Shibli, S; Binghamd, J. (2009). Explaining international sporting success: An international comparison of elite sport systems and policies in six countries. Sport Management Review. Vol.12, pp 113–136.

Fraile, A; De Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. Revista internacional de sociología (RIS). vol. lxiv, nº 44, mayo-agosto, 85-109.

González, S; García, L.M; Contreras, O. R; Sánchez-Mora, D. (2009). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. Retos. Nº 15, 14-20.

Junta de Andalucía (2010). Deporte en edad escolar. Manual par a las buenas prácticas deportivas. Ed. Instituto Andaluz del Deporte. Junta de Andalucía. [www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte](http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte).

Kirk, D. (2004). Framing quality physical education: the elite sport modelo r sport Education?. Physical Education and sport Pedagogy. Vol. 9, 2, pp. 185-195.

Keating, S.D. (2003). The Current Often Implemented Fitness Tests in Physical Education Programs: Problems and Future Directions. QUEST, 2003, 55, 141-160.

Marks, S; Mountjoy, M; Marcus, M (2011). Sexual harassment and abuse in sport: the role of the team doctor. Br J Sports Med;46:905–908. doi:10.1136/bjsports-2011-090345.

Montosa, I., Vernetta, M. & López-Bedoya, J.(2018). Assessment of health-related fitness by the alpha-fitness test battery in girls and adolescents who practise rhythmic gymnastics. Journal of Human Movement and exercise, 13(1), 188-204. doi:https://doi.org/10.14198/jhse.131.18.

Pancorbo, A; Blanco, J. (1990). Consideraciones sobre el entrenamiento deportivo en la niñez y adolescencia. Archivos de Medicina del Deporte. Volumen VII. Numero 27. Págs. 309-314

Roux, K. (2010). The importance of sport psychology in school sport. African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance (AJPHERD)Vol. 16, No. 3 (September), pp. 446-459.

Ruiz, R.J; Castro-Piñero, J; España-Romero, V; Artero, E.G; Ortega, F.B; Cuenca, M; Jimenez-Pavón, D; Chillón, P; Girela-Rejón, M<sup>a</sup>.J; Mora, J; Gutierrez, A; Suni, J; Sjöström, M; Castillo, M,J. (2010). Field-based fitness assessment in young people: the ALPHA health-related fitness test battery for children and adolescents. Br J Sports Med. doi:10.1136/bjsm.2010.075341.

Vernetta, M., Montosa, I., Beas, J. & López-Bedoya, J. (2017). Batería funcional ARISTO en Gimnasia Rítmica (BFAGR): Protocolo de test específicos para la evaluación de jóvenes





gimnastas en un ámbito de entrenamiento saludable. Revista Andaluza de Medicina del Deporte, 10(3). 112-119. DOI: 10.1016/j.ramd.02.001 react-text: 108.

Vveinhardt J., Fominiene V.B., Streimikiene D. (2020). A new tool contributing to the management of bullying and harassment in higher education institutions. Polish journal of management studies. vol 21. nº 22, pp 446-461. DOI: 10.17512/pjms.2020.21.2.31.

## ENLACES RECOMENDADOS

INSTITUTO ANADALUZ DEL DEPORTE

<http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/opencms/areas/deporte/iad/>

DEPORTE DE RENDIMIENTO JUNTA DE ANDALUCÍA

<http://www.juntadeandalucia.es/turismocomercioydeporte/opencms/areas/deporte/deporte-de-rendimiento-de-andalucia/>

Cincinnati children. Strength Training

<https://youtu.be/LN39MfLto20>

Centers for Disease Control and Prevention

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/youth-sports.html>

Guia infantil

<https://www.guiainfantil.com/servicios/Deportes/beneficios.htm>

ERTHEO Education & Sports

<https://www.erttheo.com/blog/diez-ideas-deporte-ninos/>

FIFA Guardians

<https://safeguardingsport.fifa.com/alumnos-independientes/>

RESPECT IN SPORT

<https://parent.respectgroupinc.com>

## METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva
- MD02 Sesiones de discusión y debate
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos
- MD09 Análisis de fuentes y documentos



**EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)****EVALUACIÓN ORDINARIA**

La evaluación se estructura en un proceso continuo a lo largo del programa de la asignatura. Es una actividad incluida dentro del proceso docente siendo: valorativa, intencionada e integrada en el sistema. De ahí, que la asistencia tanto a las clases teóricas como prácticas sea fundamental. Tanto en el programa teórico como práctico, se formarán equipos de trabajo con un mínimo de 4 alumnos y un máximo de 5, que permanecerán estables durante todo el semestre, realizando diversos trabajos y proyectos:

1. Realización de trabajos cortos sobre temas puntuales que culminarán con debates en clase.
2. Desarrollo de 5 a 6 proyectos grupales en toda la asignatura, en los que se tendrán en cuenta:
  - Estrategia de revisión documental sobre los temas propuestos.
  - Desarrollo de los contenidos de los trabajos y presentación en formato PDF.
  - Presentación, exposición y defensa de los trabajos en Powerpoint, etc..

La evaluación de cada uno de los proyectos, se realizará por parte de los compañeros y por el profesor, mediante cuestionario por Google Drive

1. Se evaluará la calidad, exposición y defensa del trabajo en escalas de 0 a 10, de cada componente del grupo, por parte del resto de los compañeros.
2. Se evaluará la calidad del trabajo conjuntamente a todo el grupo, teniendo en cuenta:
  - a. Fundamentación y calidad del contenido
  - b. Calidad de la exposición, organización y estructura.

La nota final estará compuesta por:

SE1. Pruebas escritas objetivas de elección 10 %

SE2. Pruebas escritas de respuesta corta 10 %

SE3. Pruebas escritas de desarrollo 10%

SE 7. Presentación de trabajos y proyectos 35 %

SE13. Pruebas de campo 35 %

Existen cuestiones singulares y distintas de la asignatura de acuerdo con el Campus donde es impartida, Campus Universitario de Granada o Campus Universitario de Melilla:

- Diferentes características en relación con las instalaciones y material disponible en cada uno de los dos Campus Universitarios, así como en el número de alumnos matriculados.
- 





Participación de la asignatura en Proyectos de Innovación Docente característicos de cada centro.

-

Focalización en competencias específicas del ámbito educativo en Campus Universitario Melilla.

Debido a ello, en apartados concretos de la Guía Docente se establece una diferenciación entre las características/requerimientos de la asignatura impartida en el Campus de Granada y la impartida en el Campus Universitario de Melilla, siempre de manera acorde a lo recogido en la memoria de verificación del Grado. A criterio del profesorado de cada uno de los dos Campus Universitarios, se deja abierta la posibilidad de elaboración de una Guía Didáctica complementaria donde se detallan con precisión dichas singularidades.

### EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Dado que es una evaluación continua, en la evaluación extraordinaria, solo se realizarán aquellos trabajos o proyectos no realizados y defendidos, o aquellos que su nota no haya superado los 5 puntos. También se realizará un examen de aquellos contenidos no superados, compuesto por preguntas de elección, cortas y de desarrollo. La proporción será la misma que en el examen ordinario teniendo en cuenta las particularidades de cada uno de los campus.

### EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

Con respecto a la Evaluación Única Final, la modificación de la Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada aprobada el Aprobada en Consejo de Gobierno de 26 de octubre de 2016, recoge textualmente:

“Para acogerse a la evaluación única final, el estudiante, en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, o en las dos semanas siguientes a su matriculación si ésta se ha producido con posterioridad al inicio de la asignatura, lo solicitará, a través del procedimiento electrónico, al director/a del Departamento o al Coordinador del Máster, alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua”.

En caso de que el estudiante consiguiese la aceptación del sistema de evaluación única en el plazo correspondiente por el director/a del Departamento o sección departamental, la evaluación tendría lugar en la fecha y horario fijado en el calendario oficial para la convocatoria oficial, atendiendo a los siguientes criterios:

EL examen de final de la evaluación única con sus respectivos porcentajes hasta llegar a los 10 puntos es el siguiente:

1. El examen constará de preguntas teóricas de elección y cortas relacionadas con los contenidos y temas de la asignatura (40% de la nota).
2. Un supuesto práctico a desarrollar de una temática relativa a la materia de la asignatura (60% de la nota).

### INFORMACIÓN ADICIONAL





Siguiendo las recomendaciones de la CRUE y del Secretariado de Inclusión y Diversidad de la UGR, en el caso de estudiantes con discapacidad u otras necesidades específicas de apoyo educativo, los sistemas de adquisición y de evaluación de competencias recogidos en esta guía docente se aplicarán conforme al principio de diseño para todas las personas, realizando las adaptaciones metodológicas, temporales y espaciales precisas para facilitar el aprendizaje y la demostración de conocimientos de acuerdo a las necesidades y la diversidad funcional del alumnado.

