



TESTING, CÓMO VALORAR EN EL DEPORTE

V. JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN EN RENDIMIENTO DEPORTIVO

28 de Septiembre de 2018

Facultad de Educación y Deporte (UPV/EHU). Aula Magna. Portal de Lasarte, 71 - Vitoria-Gasteiz

Para llevar a cabo una buena aproximación a la hora de trabajar con el deportista, sería conveniente el abordaje de una manera multidisciplinar, en la cual se trabaja en conjunto. De esta manera podemos obtener una información más completa del atleta pudiendo así trabajar de manera más óptima y compleja en base a las diferentes evaluaciones que lleva a cabo por parte del equipo multidisciplinar

En la quinta edición de las "Jornadas de Actualización en Rendimiento Deportivo", organizadas de forma conjunta por la Asociación de Federaciones Deportivas de Álava, la Escuela Vasca del Deporte, la Facultad de Educación y Deporte de la UPV/EHU, el Colegio Oficial de Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del País Vasco y el Departamento de Educación Física y Deportiva, se analizarán las diferentes pruebas de valoración en deportistas, como aplicarlas y como optimizar la información para facilitársela al entrenador/a.

ORGANIZAN:



SESIÓN DE LA MAÑANA

- 9:00** Presentación de la jornada

- 9:15-10:15** "Criterios genéricos en la realización de pruebas con deportistas"
 - Dr. Jean Benoit Morin. Catedrático en biomecánica. Universidad de Niza, Francia

- 10:15-11:00** "¿Qué podemos testar para evaluar la técnica deportiva biomecánica?"
 - Dr. Eneko Fernández-Peña. Profesor adjunto del Departamento de Educación Física y Deporte

- 11:00-11:30** Coffe-Break

- 11:30-12:15** "¿Existe algún test psicológico eficiente en deportistas?"
 - Dr. Julieta Paris. Psicóloga de la Real Federación Española de Atletismo

- 12:15-13:00** "Test y pruebas biomédicas de control en deportistas"
 - Dr. Iñaki Arratibel. Profesor asociado de la Facultad de Educación y Deporte

- 13:00-13:45** "Análisis de la marcha, ¿qué pruebas de control tenemos?"
 - Dr. Josue Ezeiza. Ex alumno de la Facultad de Educación y Deporte y entrenador de atletas de elite

- 13:45-14:00** "Criterios para testar la velocidad-carga en press de banca y efectos de un programa de entrenamiento de fuerza en jugadores de baloncesto en silla de ruedas atendiendo a la afectación funcional"
 - Ander Romarate. Alumno premiado del máster UPV-EHU

- 14:00** Fin sesión mañana

- 14:00-15:00** Comida (de pie y servida en Hall)

SESIÓN DE LA TARDE

- 15:00-16:00** "Podemos testar durante la sesión de entrenamiento. Paradoja de los intervalos"
 - Dr. Igor Jukic. Director del rendimiento del Saski Baskonia y Deportivo Alavés

- 16:00-16:45** "¿Y qué hacemos con tanto dato...? ¿Cómo optimizamos la información y cómo se la damos al entrenador/a?"
 - Dr. Carlos Balsalobre. Doctor en ciencias del deporte, asesor de atletas y desarrollador de Apps

- 16:45-17:45** Mesa redonda: "Y a la o el entrenador o deportista, ¿qué le parece todo esto?"
 - Dirige: Dr. Julio Calleja. Doctor en ciencias del deporte. Profesor agregado de la facultad.
 - Participan: Jose Luis Korta, entrenador de remo de Kaiku, Jean Benoit Morin, Iñaki Arratibel, Iraia Iturregui, preparadora física Athletic Club femenino

- 17:45-18:00** Conclusiones y cierre de la jornada

IDIOMAS **E** EUSKERA **C** CASTELLANO **I** INGLÉS

Las jornadas contarán con servicio de traducción simultánea al castellano

| | |
|---------------------------|---|
| TIPO DE ACTIVIDAD | Jornada |
| ÁMBITO DEL DEPORTE | Entrenamiento |
| DESTINATARIOS | Entrenadores/as y preparadores/as físicos Alumnos/as y licenciados/as graduados/as en ciencias de la actividad física y el deporte Otros/as profesionales y estudiantes dedicados/as a la actividad física y el deporte interesados/as en el tema |
| FECHAS Y HORARIOS | 28 de Septiembre de 2018 09:00-14:00 / 15:00-18:00 |
| LUGAR | Facultad de Educación y Deporte (UPV/EHU). Aula Magna Portal de Lasarte, 71 Vitoria-Gasteiz |
| IDIOMA | Castellano |



PRECIO

Personas con licencia federada alavesa o trabajadores/directivos/as de federación alavesa **30 €**

Personas colegiadas del Colegio Oficial de Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del País Vasco **30 €**

Alumnado de la Facultad de Educación y el Deporte de la UPV/EHU **30 €**

Resto de personas **40 €**

* La comida está incluida en el precio

NÚMERO DE PLAZAS

200 plazas

MATRICULACIONES

Para realizar la inscripción de forma satisfactoria hay que realizar dos acciones:

- ▶ Realizar la inscripción en la actividad a través del proceso de inscripción on-line de la página web de Kiroleskola www.kiroleskola.net
 - Clickar en el siguiente enlace: [Inscripción](#), y seguir los pasos que se indican.
 - En el Paso 2, seleccionar la presente actividad de entre las diferentes opciones.
- ▶ Realizar una transferencia bancaria por el importe correspondiente al siguiente número de cuenta del Colegio Oficial de Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del País Vasco:
 - 0049 4810 44 2316007962 (Santander)
 - En el concepto habrá que incorporar nombre y apellidos de la persona asistente a la jornada.
 - **En el caso de haber obtenido descuento (cuotas de 30 €) habrá que remitir al correo electrónico kiroleskola@euskadi.eus la correspondiente acreditación (licencia federada del año 2018, certificado, matrícula, etc.)**
 - *Excepción: las personas colegiadas del Colegio Oficial de Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte del País Vasco no será preciso (se mira en listas).

PATROCINADORES:



COLABORADORES:



Dudas/consultas relacionadas con el proceso de inscripción: en el nº de teléfono 944304867 o en el correo electrónico kiroleskola@euskadi.eus

Fecha límite de inscripción y pago de cuota
21/09/2018



TESTING, KIROLEAN NOLA BALORATU"

KIROL-ERRENDIMENDUAN EGUNERATZEKO V. JARDUNALDIAK

2018ko irailaren 28a

Hezkuntza eta Kirol Fakultatea (EHU). Areto nagusia. Lasarteko Atea 71 - Vitoria-Gasteiz

Kirolariarekin lan egiteko orduan hurbilpen ona egiteko, diziplina anitzeko jorraketa egin beharko litzateke, taldean lan eginez. Horrela, atletari buruzko informazio osoagoa lortuko dugu, eta, ondorioz, hobeto eta modu konplexuagoan egingo dugu lan, diziplina anitzeko taldeak egiten dituen askotariko ebaluazioetan oinarrituta.

Arabako Kirol Federazioen Elkarteak, Kirolaren Euskal Eskolak, EHUko Hezkuntza eta Kirol Fakultateak eta Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan Lizentziatuen Euskal Herriko Elkargo Ofizialak elkarrekin antolatu dituzte Kirol Errendimenduan Eguneratzeko Jardunaldiak. Bada, jardunaldien bosgarren edizioan, kirolariak baloratzeko probak aztertuko dira, eta proba horiek nola aplikatu eta informazioa (entrenatzaileari emateko) nola optimizatu ikusiko da.

ANTOLATZAILEAK:



GOIZEKO SAIOA

- 09:00** **Jardunaldiaren aurkezpena**

- 09:15-10:15** **"Kirolariekin probak egiteko irizpide orokorrak"** I
Jean Benoit Morin doktorea. Katedraduna biomekanikan. Nizako Unibertsitatea, Frantzia

- 10:15-11:00** **"Zer testatu dezakegu, kirol-teknika biomekanikoa ebaluatzeko?"** E
Eneko Fernández-Peña doktorea. Heziketa Fisikoaren eta Kirolaren Saileko irakasle laguntzailea

- 11:00-11:30** Kafe-etena

- 11:30-12:15** **"Badago kirolarientzako test psikologiko efizienterik?"** G
Julieta Paris doktorea. Espainiako Atletismoko Federazioko psikologoa

- 12:15-13:00** **"Testak eta kontrol-proba biomedikoak kirolariengan"** E
Iñaki Arratibel doktorea. Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakasle laguntzailea

- 13:00-13:45** **"Abiadaren analisia: zer-nolako kontrol-probak dauzkagu?"** G
Josue Ezeiza. Hezkuntza eta Kirol Fakultateko ikasle ohia eta eliteko atleten entrenatzailea

- 13:45-14:00** **"Abiadura-karga banka-press-eantestatzeko irizpideak, eta gorpil-aulkidun saskibalo jokariengan, indar entrenamenduak dituen ondorioak"** G
Ander Romarate. EHUko masterreko ikasle saritua

- 14:00** Goizeko saioaren amaiera

- 14:00-15:00** Bazkaria (zutik, hallean)

ARRATSALDEKO SAIOA

- 15:00-16:00** **"Entrenamendu-saioan testatu dezakegu. Tartean paradoxa"** I
Igor Jukic doktorea. Saski Baskoniako eta Deportivo Alaveseko errendimenduko zuzendaria

- 16:00-16:45** **"Eta zer egin dezakegu hainbeste daturekin...? Nola optimiza dezakegu informazioa, eta nola eman entrenatzaileari?"** G
Carlos Balsalobre doktorea. Doktorea kirol-zientzietan, atleten aholkularia eta App-en garatzailea

- 16:45-17:45** **Mahai-ingurua: eta entrenatzaileari edo kirolariari, zer iruditzen zaio hau guztia?** G
Gidaria: Julio Calleja. Doktorea kirol-zientzietan. Fakultateko irakasle agregatua
Parte-hartzaileak: Jose Luis Korta, Kaiku taldeko arraun entrenatzailea, Jean Benoit Morin, Iñaki Arratibel, Iraia Iturregui, Athletic Club emakumeen taldeko prestatzaile fisikoa

- 17:45-18:00** Ondorioak eta jardunaldiaren itxiera

HIZKUNTZAK



EUSKARA GAZTELEA INGELESA

Jardunaldian bat-baterako itzulpen zerbitzua eskainiko da gaztelerara

| | |
|----------------------------|---|
| JARDUERA MOTA | Jardunaldia |
| KIROL-EREMUA | Entrenamendua |
| HARTZAILEAK | Entrenatzaileak eta prestatzaile fisikoak Jarduera fisikoaren eta kirolaren zientzietako ikasleak eta lizentziatu graduatuak Jarduera fisikoan eta kirolean lan egiten duten edo interesa duten bestelako profesionalak eta ikasleak. |
| EGUNA ETA ORDUTEGIA | 2018ko irailaren 28a 09:00-14:00 / 15:00-18:00 |
| TOKIA | Hezkuntza eta Kirol Fakultatea (EHU). Areto nagusia Lasarteko Atea 71 Vitoria-Gasteiz |
| HIZKUNTZA | Gaztelania |



PREZIOA

Arabako lizentzia federatua dutenek eta Arabako federazioko langileek edo zuzendariek: **30 €**

Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan Lizentziatuen Euskal Herriko Elkargo Ofizialeko elkargokideek: **30 €**

EHUko Hezkuntza eta Kirol Fakultateko ikasleek: **30 €**

Gainerakoek: **40 €**

* Bazkaria prezioan sartuta dago.

TOKI-KOPURUA:

200

MATRIKULAZIOAK

Izena behar bezala emateko, bi ekintza egin behar dira:

- Jardueran inskribatu, Kirolaskolaren www.kirolaskola.net web-orriko lineako inskripzio-prozesuaren bidez.
 - Esteka hau klikatu: [Inskripzioa](#), eta adierazten diren urratsak jarraitu.
 - 2. urratsean, aukeratu jarduera hau aukera guztien artean.
- Banku-transferentzia egin, dagokion zenbatekoan, Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan Lizentziatuen Euskal Herriko Elkargo Ofizialaren kontu-zenbaki honetara:
 - 0049 4810 44 2316007962 (Santander)
 - Kontzeptuan, jardunaldira joango den pertsonaren izen-abizenak jarri behar dira.
 - Deskontua (30 euroko kuota) edukiz gero, akreditazioa (2018ko lizentzia federatua, ziurtagiria, matrikula eta abar) bidali beharko da kirolaskola@euskadi.eus posta elektronikora.**
 - *Salbuespena: Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan Lizentziatuen Euskal Herriko Elkargo Ofizialeko elkargokideek ez dute hori egin behar (zerrendetan begiratzen da).

Inskripzio-prozesuaren inguruko zalantzak edo kontsultak: 944304867 telefono-zenbakian edo kirolaskola@euskadi.eus posta elektronikokoan

BABESLEAK:



LAGUNTZAILEAK:



**Izena emateko (eta kuota ordaintzeko)
azken eguna: 2018ko irailaren 21a**