

“Educación Física, docencia y alto rendimiento.”

Conferencia impartida en el departamento nº 11.-Didáctica De Las Lenguas, Las Artes Y De, titulada “Educación Física, docencia y alto rendimiento. ” celebrada el 28/04/2017

Ruiz Contreras, E. *Málaga CF SAD*

Esta ponencia constará de dos partes diferenciadas:

Una primera que versará sobre como la experiencia como docente y como profesional del ámbito del entrenamiento y práctica deportiva nos ayuda a comprender la importancia que tiene la educación en valores. Esta educación nos permite estar en mejor disposición para conseguir llegar a un alto rendimiento deportivo. Valores como la capacidad de esfuerzo, de trabajo, de trabajar en equipo, la disciplina y el orden, la superación de adversidades y la humildad entre otros, constituyen, a mi entender, un espectro de valores fundamentales para la formación y consolidación como persona que debe ser previa y necesaria para la formación como deportistas de élite.

Una segunda parte que versará sobre la evaluación y control del entrenamiento deportivo que llevamos a cabo en el Málaga C.F. En principio haremos un repaso de los contenidos teóricos que nuestro cuerpo técnico considera fundamentales y luego mostraremos de forma práctica las distintas propuestas que realizamos de cara a la evaluación y el control del entrenamiento. Además, hablaremos sobre la importancia del microciclo semanal en la planificación del entrenamiento en fútbol, repasando las diferentes opciones de tareas y dando una visión eminentemente práctica sobre este tema.