

# *Máster Universitario en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*



**POLITÉCNICA**



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD  
FÍSICA Y DEL DEPORTE

# *Fundamentos de la Táctica Deportiva*

**Iñaki Refoyo Román**

*Facultad de C.C. de la Actividad Física y el Deporte. INEF. U.P.M*



## Introducción

# ¿Qué es la Ciencia?



## Introducción

*Planificación del entrenamiento.*  
*Control de Entrenamiento y Competición*  
**¿Ciencia? ¿Arte?**

## Introducción

*Excesiva magnitud de carga*



*Sobrentrenamiento*



*Aumento riesgo de lesión*



*Planificar con coherencia*



*Necesidad de controlar la magnitud de carga*

## Introducción

### “MEDIR”:

*“Comparar una cantidad con respecto a una unidad”*

### “CUANTIFICAR”:

*“Valorar numéricamente una magnitud”*

### “EVALUAR”:

*“El proceso de obtención de información y su uso para formular juicios, que a su vez se utilizarán para tomar decisiones”*

### “CONTROL”:

*El control se basa en la confrontación real de los índices efectivos y esenciales del rendimiento y el modelo previamente fijado, calculando la discoordinación*

# Introducción

## AREAS DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO.

COMPRENDE

CONTEMPLAR LA  
DEMANDA FISIOLÓGICA.  
ESFUERZO FISICO

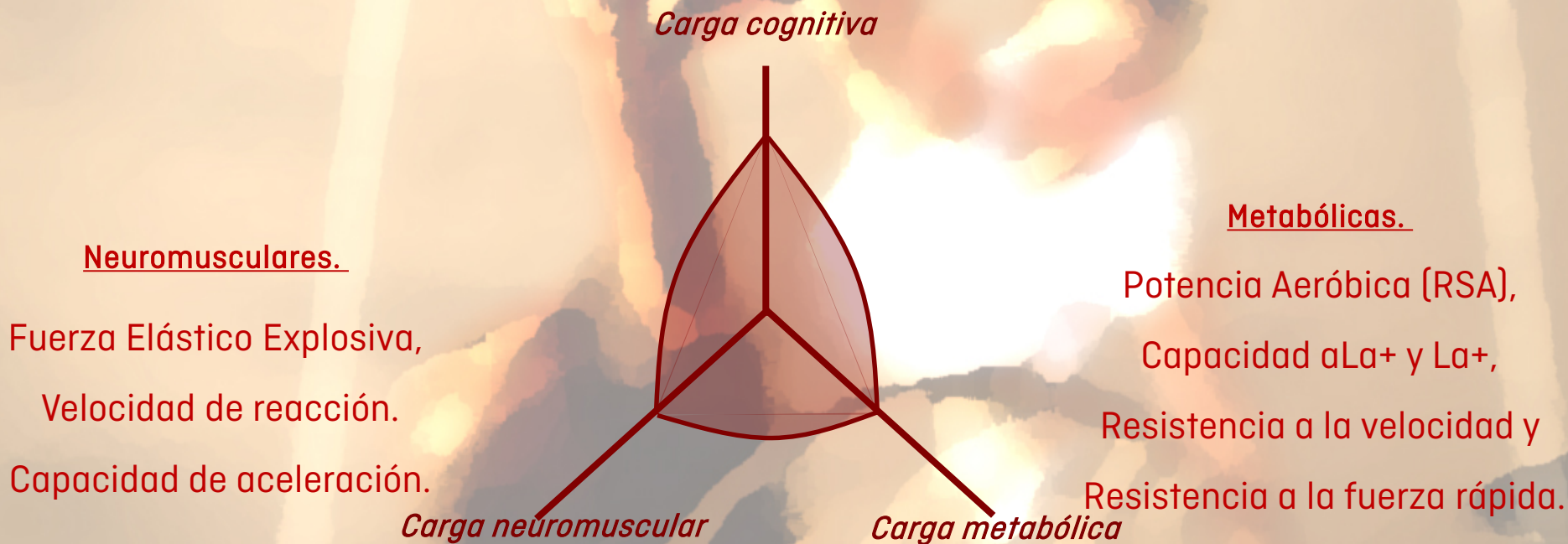
DOMINIO DE LAS  
TÉCNICAS  
ESPECÍFICAS

DOMINIO DEL JUEGO.  
ADAPTACIÓN INDIVIDUAL Y  
COLECTIVA AL ADVERSARIO.  
TACTICA Y ESTRATEGIA

OPTIMIZACIÓN DE LA GESTIÓN DEL RENDIMIENTO EN DEPORTES DE EQUIPO

# Introducción

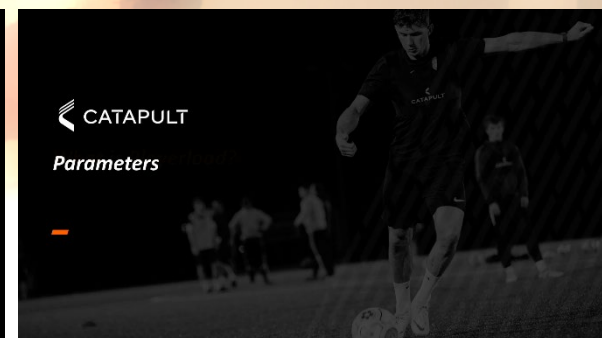
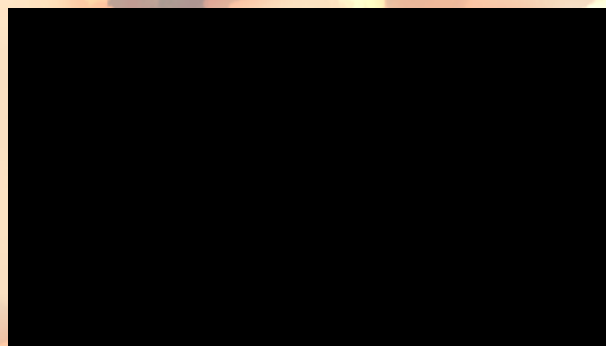
## PROPUESTA CONCEPTUAL



# Introducción

## Modelos de medición y valoración.

- Registro notacional.
- Escalas de relación
- RPE.
- Telemetría:
  - WIMU
  - CATAPULT



$$PlayerLoad_{t=n} = \sum_{t=0}^{t=n} \sqrt{(Z_{t=i+1} - Z_{t=i})^2 + (X_{t=i+1} - X_{t=i})^2 + (Y_{t=i+1} - Y_{t=i})^2}$$

Reina Román, M et al (2019) Training and Competition Load Monitoring and Analysis of Women's Amateur Basketball by Playing Position: Approach Study. *Frontiers in Psychology*.  
Puente, C. (2016) Physical And Physiological Demands Of Experienced Male Basketball Players During A Competitive Game. *Journal of Strength and Conditioning Research*.





## Introducción

# COMPONENTES BÁSICO DEL JUEGO (C.B.J.):

**Técnica**

**TCN**

**Táctica deportiva**

**TCT**

**Estrategia deportiva**

**EST**

## Acrónimo CBJ

# *Máster Universitario en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*



**POLITÉCNICA**



UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD  
FÍSICA Y DEL DEPORTE

# *Fundamentos de la Táctica Deportiva*

**Iñaki Refoyo Román**

*Facultad de C.C. de la Actividad Física y el Deporte. INEF. U.P.M*