

*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*

## Tema 4 : la carga cognitiva

# SISTEMA DE CAJA NEGRA

**INFORMACIÓN  
SENSORIAL  
CONOCIDA**



**JUGADOR/A  
(SISTEMA)  
PROCESOS  
DESCONOCIDOS**



**RESPUESTA  
MOTRIZ  
CONOCIDA**

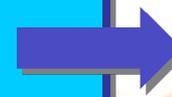
## Tema 4 : la carga cognitiva

# SISTEMA DETERMINADO

**INFORMACIÓN  
SENSORIAL  
CONOCIDA**



**JUGADOR/A  
(SISTEMA)  
PROCESOS  
CONOCIDOS**



**RESPUESTA  
MOTRIZ  
CONOCIDA**

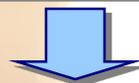
## Tema 4 : la carga cognitiva

# TODA LA INFORMACIÓN SENSORIAL



**INFORMACIÓN RELACIONADA  
CON EL MOVIMIENTO**

**INFORMACIÓN SIN  
RELACIÓN CON EL  
MOVIMIENTO**



***Disponibile como  
resultado del  
movimiento***

***Disponibile antes del  
movimiento***



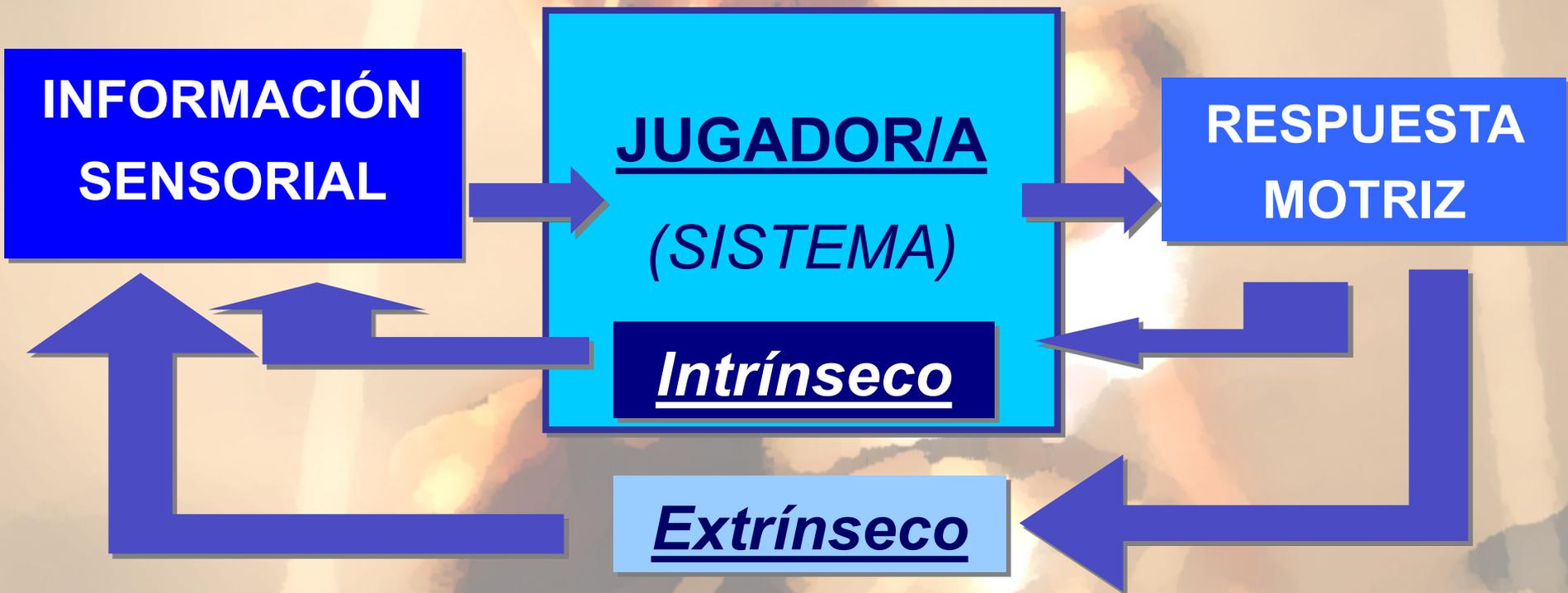
**INTRÍNSECO**

**COMPLEMENTARIO**

## Tema 4 : la carga cognitiva



## Tema 4 : la carga cognitiva



## Tema 4 : la carga cognitiva

INFORMACIÓN EXTERIOR



**PERCEPCIÓN**



**DECISIÓN**



**EJECUCIÓN**



RESULTADO

# CARGA COGNITIVA

**MEMORIA. Conocimiento + Experiencia**



**PERCEPCIÓN**

Análisis de la acción de juego

**INTELIGENCIA**

**MOTRIZ**

Solución mental

**Retroalimentación**



**ACCIÓN TÉCNICA. Solución motriz**



**RESULTADO. + / -**

## CARGA COGNITIVA

**“CARGA MENTAL”** (Ruiz y Bañuelos, 1997)

**ES EL ESFUERZO CONGNITIVO. TRABAJO PERCEPTIVO-  
CONGNITVO QUE REALIZA EL JUGADOR/A.**

**¿SE PUEDE DETERMINAR UN ESFUERZO ESTANDAR?**

**CARGA COGNITIVA EXTERNA**

**¿ESE ESFUERZO CONGNITIVO ES INDIVIDUAL?**

**CARGA COGNITIVA INTERNA**

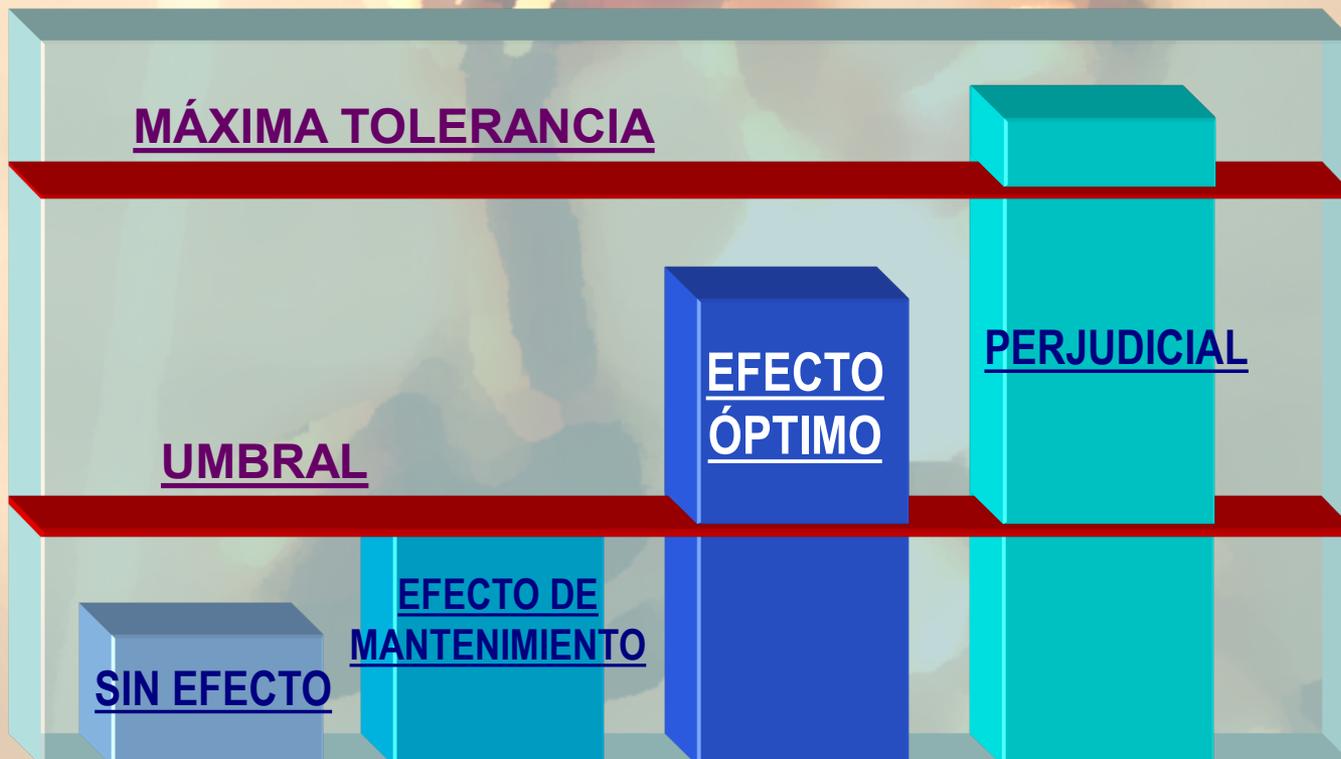
# CARGA COGNITIVA

Principio de estímulo cognitivo eficaz de la carga.



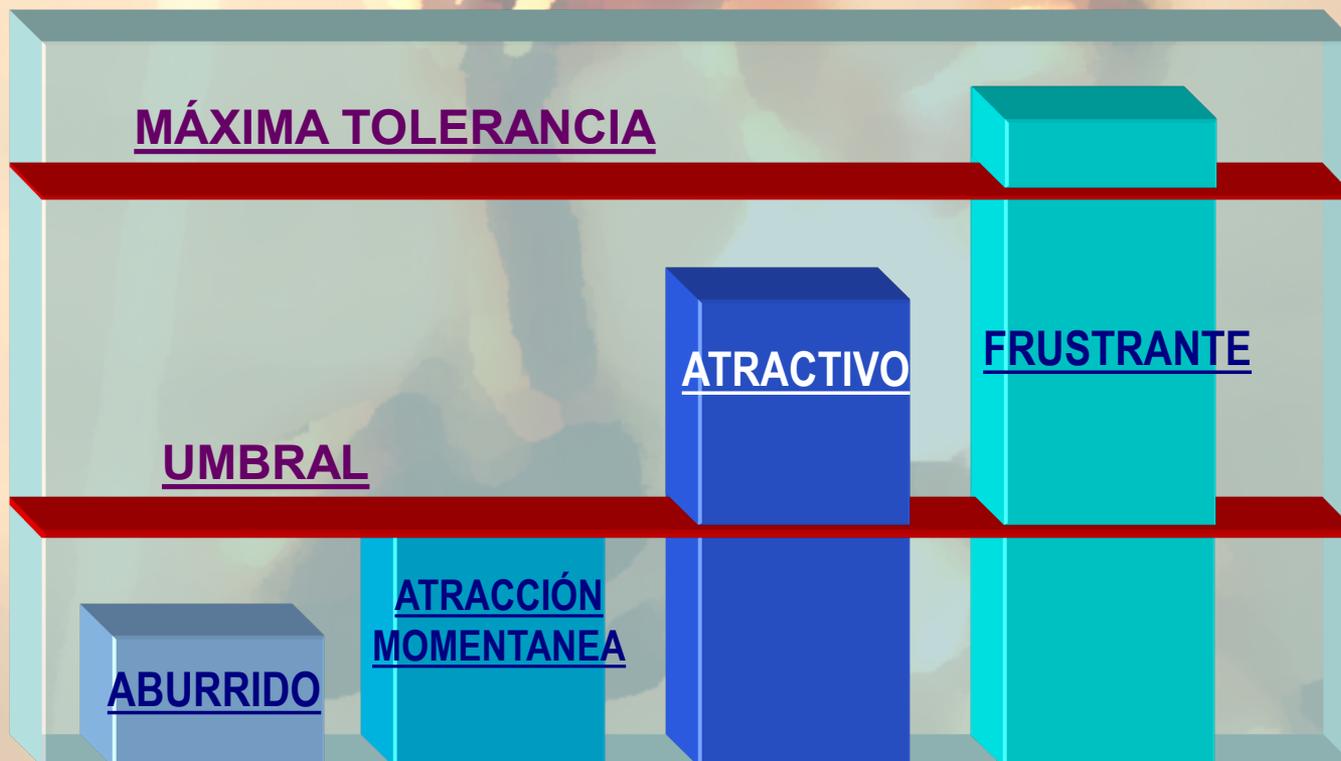
# CARGA COGNITIVA

Principio de estímulo eficaz de la carga.



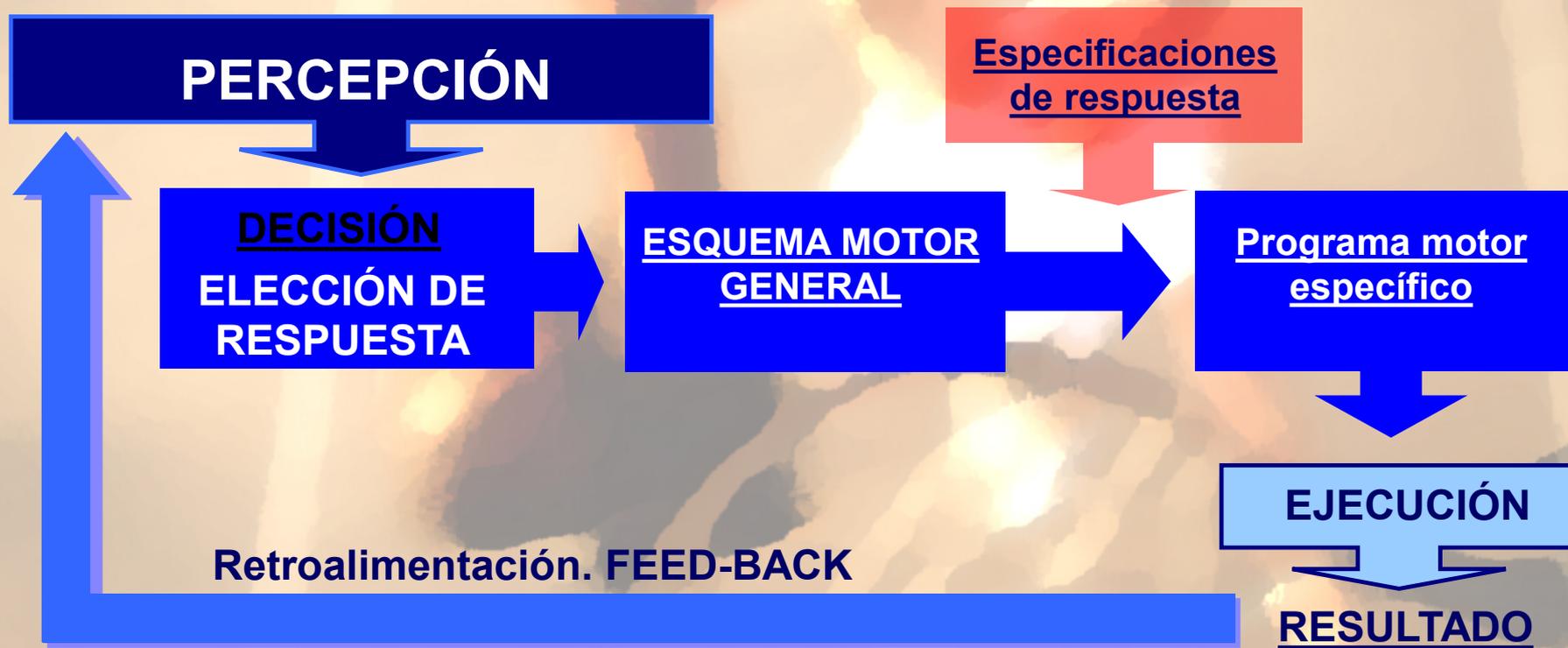
# CARGA COGNITIVA

Principio de estímulo cognitivo eficaz de la carga.



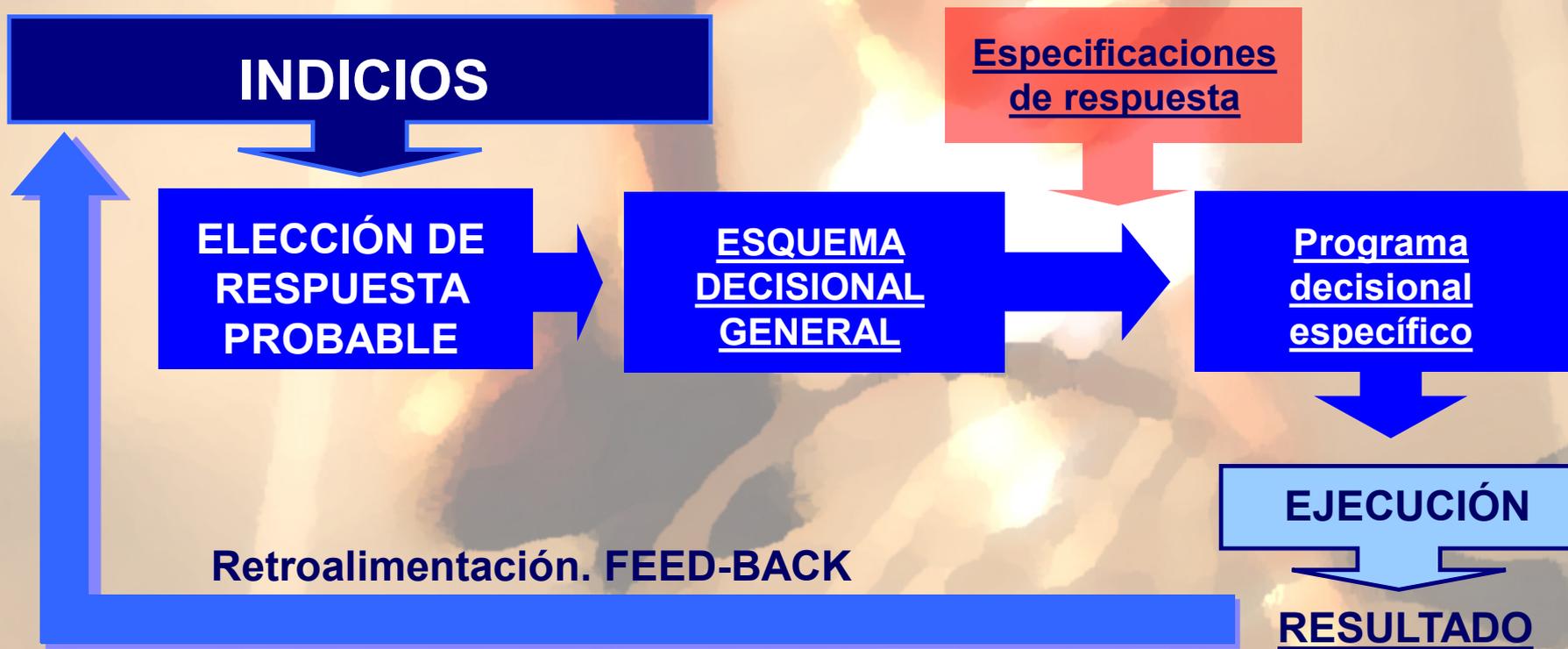
# CARGA COGNITIVA

*Basado en la Teoría del Esquema*



# CARGA COGNITIVA

*Basado en la Teoría del Esquema*



*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*