



centro adscrito a:



UNIVERSITAT POLITÈCNICA
DE CATALUNYA
BARCELONATECH

GUIA DOCENT ACTIVITAT FÍSICA I ENTRENAMENT PER A COL.LECTIUS ESPECÍFICS 2027-28

DADES GENERALS

Nom:	ACTIVITAT FÍSICA I ENTRENAMENT PER A COL·LECTIUS ESPECÍFICS
Curs:	2027-28
Titulació:	Grau en gestió i digitalització en l'esport
Nº de crèdits (ECTS):	6
Ubicació en el pla d' estudis:	3r. Curs, 1r. quadrimestre

1. OBJECTIUS

- Comprendre el contingut teòric referit al rendiment dels esports col·lectius.
- Experimentar les diverses tecnologies que s'utilitzen en el dia a dia de l'entrenament dels esports col·lectius.
- Planificar, desenvolupar, executar i avaluar el rendiment individual i col·lectiu al llarg d'una temporada.
- Desenvolupar un projecte d'entrenament aplicat a un equip d'alt nivell.

2. RESULTATS DE L'APRENENTATGE

- Dissenyar i aplicar programes d'entrenament esportius personalitzats i adaptats a les necessitats individuals i grupals dels esportistes, utilitzant principis, metodologies i eines específiques de l'entrenament esportiu.

3. CONTINGUTS

- Introducció a les noves tecnologies aplicades als esports col·lectius.
- Dimensió "intra-jugador" en l'entrenament.
- Dimensió "jugador".
- Dimensió "equip".
- Dimensió "joc".
- Dimensió "meta joc".