

NOVIDADES

DA BIBLIOTECA

ABRIL 2022





**ENTRENAMIENTO PARA
DEPORTES DE COMBATE.
BASES CIENTÍFICAS,
TEÓRICAS Y PRÁCTICAS.
RODRIGO DAMIÁN MERLO
D073 MER 1**

¿Cómo preparar a un peleador para que gane? ¿Cómo superar las limitaciones de los métodos tradicionales de entrenamiento basados en modelos reduccionistas y fragmentarios? ¿Cómo situar a los deportes de combate dentro del universo de las ciencias de la complejidad? Estas y otras preguntas son respondidas en este libro de forma interdisciplinaria, articulando en un lenguaje sencillo, pero riguroso, los aportes de prestigiosos entrenadores técnicos, preparadores físicos, cutmen, vendedores, terapeutas físicos, psicólogos y nutricionistas, entre otros expertos de alta especialidad. Esta obra resuelve problemas que ningún entrenador debe ignorar, como son las estrategias de competencia, el análisis deportivo, las pruebas físicas, la metodología del entrenamiento de la fuerza, la resistencia y la flexibilidad, la nutrición, la recuperación de lesiones, el manejo del estrés, la ansiedad y la frustración antes y después de los combates, así como el control de los cortes o inflamaciones durante las peleas y los distintos tipos de vendajes para las manos. Pero, además, lo que hace única esta obra, es que, por primera vez, se tratan estas cuestiones fundamentales desde una perspectiva completamente innovadora en el plano deportivo.



**MÉTODOS DE ENSEÑANZA EN
EDUCACIÓN FÍSICA.
041 MET 4**

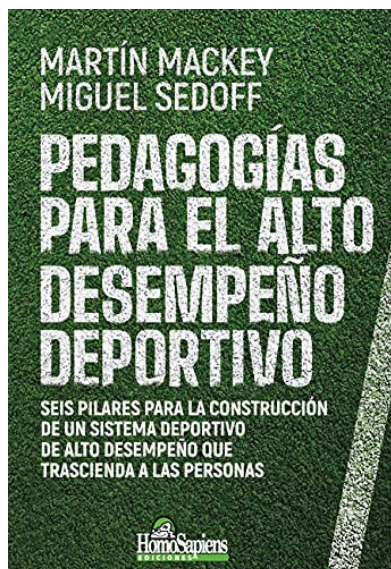
Edición ampliada y revisada En Métodos de enseñanza en educación física, enfoques innovadores para la enseñanza de competencias, se presentan diferentes métodos didácticos globalizadores, participativos, centrados en el alumnado y susceptibles de aplicación en las diferentes etapas educativas. Para conseguir este propósito se aporta, además de una breve fundamentación teórica de cada uno de los métodos, una guía de los diferentes pasos a seguir para su utilización así como aplicaciones prácticas basadas en experiencias reales. Los autores comparten la idea de que ninguno de los métodos es suficiente en sí mismo sino que resulta conveniente el conocimiento de las potencialidades que desarrolla cada uno, para que cada docente aplique, en su clase, el más apropiado según las competencias que considere más propicias promover. Esta obra está dirigida a todo el profesorado, principalmente de educación física, para cualquier nivel educativo, siendo a su vez de mucho interés para la formación de los futuros docentes.



**PERIODIZACIÓN DEPORTIVA.
¿POR QUÉ ALGUNOS AÚN SEGUIMOS
ENTRENANDO
COMO NEANDERTALES? JUAN
MANUEL GARCÍA MANSO,
NATALIA SANTANA SUÁREZ
223 GAR 5 I**

Nadie puede cuestionar que la periodización es una de las acciones más importantes y complejas del proceso de formación de un deportista. Sin embargo, pese a su trascendencia, también es uno de los aspectos que más lentamente ha evolucionado y cuando lo ha hecho no siempre fue ajustándose a conceptos y criterios científicos sólidos y contrastados. Esto ha supuesto que, de forma recurrente, surjan discusiones que incluyen tanto a los aspectos metodológicos como a los vinculados a simples procesos terminológicos de amplio y profundo calado conceptual.





**PEDAGOGÍAS PARA EL ALTO DESEMPEÑO DEPORTIVO.
MARTIN MACKEY, MIGUEL SEDOFF**

223 MAC 1

Este libro tiene un objetivo práctico: entregar ideas y herramientas para que las organizaciones deportivas puedan transformarse en organizaciones que también aprendan y enseñen a aprender.

Nuevos conceptos de dirección y gestión de equipos, basados en la neurociencia y en la inteligencia emocional, han puesto en cuestión los viejos paradigmas de conducción y organización deportiva, mientras que la tecnología, tanto del hardware como del software, ha revolucionado la percepción, la práctica y el espectáculo del deporte en todo el mundo.

El desafío vuelve a ser otra vez el cambio. Un cambio que será posible sólo si los que lo llevan adelante están convencidos de que será la manera en que su organización progrese y se enfrente a la gran posibilidad de un crecimiento exponencial en la productividad deportiva, social y educativa.

La decisión para el cambio debe partir desde dentro de la organización. Nadie ajeno puede obligarla a cambiar. Se trata de un proceso interno que alumbre un proyecto de transformación basado en las mejores y más actuales prácticas organizativas y pedagógicas para convertir el conocimiento disperso en un activo organizacional.



EL CEREBRO DEL ADOLESCENTE. DAVID BUENO
021 BUE 1

En este magnífico libro, el doctor David Bueno, biólogo y neuroeducador de prestigio mundial, nos invita, de forma magistral y amena, a descubrir qué sucede en el cerebro de los adolescentes con la intención de conocerlos y entenderlos.

¿Por qué los adolescentes se acuestan tan tarde? ¿Es normal que nos lo cuestionen todo? ¿Sabías que están más indefensos que los adultos frente al estrés y tienen más tendencia a la ansiedad o la ira? ¿Por qué en su habitación reina el desorden?

Los adolescentes son diferentes porque también lo es su cerebro: más fuerte y, al mismo tiempo, más vulnerable que en cualquier otra etapa de la vida. Los adolescentes se comportan como adolescentes porque eso es lo que son y lo que tienen que hacer.

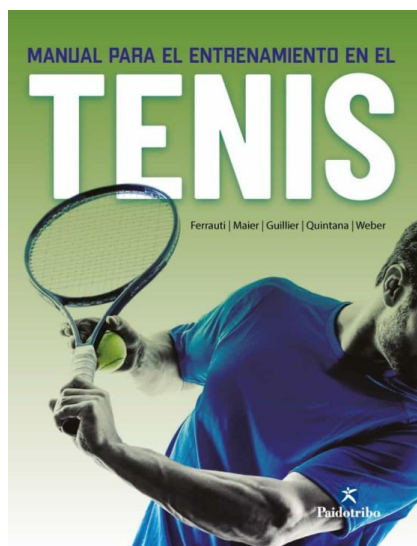
La adolescencia es época de cambio, de renovación y de crecimiento para el cerebro. Con el fin de abandonar los comportamientos típicos de la infancia y adquirir conductas propias de los adultos, el cerebro madura, hace nuevas conexiones y elimina otras. Es una época de cierto caos, pero también emocionante, de descubrimiento y renacimiento.



**COMPREENDENDO O DESENVOLVIMENTO MOTOR.
DAVID L. GALLAHUE**
191 GAL 1

Organizado por grupos de edad, este texto establece el estándar para la comprensión del desarrollo motor desde la infancia hasta la edad adulta. Se presenta al lector la investigación y la teoría más actualizadas utilizando un marco conceptual que aporta claridad a la comprensión del desarrollo motor del bebé, la infancia, la adolescencia y la edad adulta. El Modelo del Reloj de Arena se utiliza como un marco conceptual consistente a lo largo del texto, y sirve como una ayuda única para el aprendizaje. El texto está dividido en secciones separadas que se centran en aspectos críticos de la infancia, la niñez, la adolescencia y la edad adulta, lo que lo hace apropiado para cursos integrales, así como para complementar los cursos que se centran en una edad cronológica concreta.

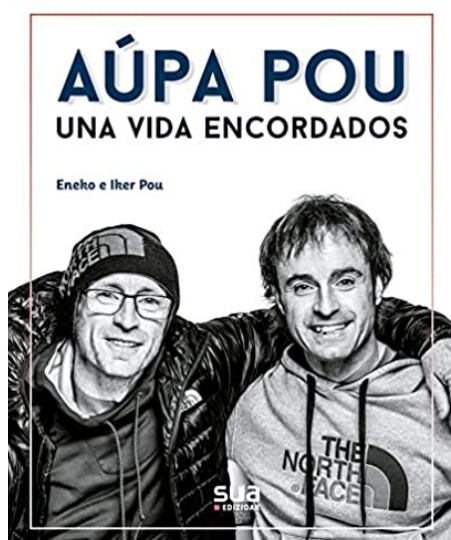




**MANUAL PARA EL
ENTRENAMIENTO EN EL
TENIS. FERRAUTI, MAIER,
GUILLIER, QUINTANA, WEBER
D060 FER 1**

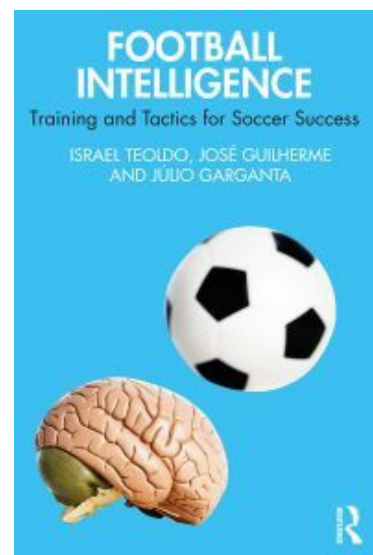
El Manual para el entrenamiento en el tenis está dedicado a un deporte único, que apasiona a millones de personas en todo el mundo, desde jóvenes hasta adultos. Casi ningún otro deporte tiene una complejidad comparable de requisitos. Junto a unas habilidades coordinativas y requisitos previos técnico-tácticos extremas que se les exige a los jugadores de todos los niveles de rendimiento, se les suma la necesidad de desarrollar unas capacidades atléticas y mentales especiales.

Manual para el entrenamiento en el tenis explica cómo implementar sistemas de entrenamiento contemplando todas las variables que se debe tener en cuenta en la búsqueda del rendimiento para jugadores de tenis. Primero introduce de forma teórica un sin número de aspectos individuales en el campo del entrenamiento del tenis basados en los más recientes conocimientos en las ciencias del deporte y entrega, de forma progresiva, una gran cantidad de ayudas prácticas en formas de juegos, entrenamientos y más de 100 ejercicios. También proporciona información sobre la alimentación, salud y recuperación.



**AÚPA POU. UNA VIDA
ENCORDADOS .ENEKO E IKER
POU.
270 POU 1**

Aúpa Pou. Una vida encordados es un libro de aventuras. Ellos mismos lo definen así en el prólogo, puesto que consideran que su vida ha sido y es una aventura continua en la que han viajado por todo el mundo y han conocido a infinidad de personas extraordinarias. De esa vida y esas aventuras nos hablan en este libro. También de cómo cambió su vida en el año 2000, cuando decidieron que su pasión, la montaña, también sería su modo de vida. En esa decisión tuvo mucho que ver la repetición por parte de Iker de Acción Directa y el proyecto 7 paredes 7 continentes, una aventura de cinco años de duración en la que recorrieron el mundo mientras escalaban paredes. Quedan patentes cuáles son los "amores" de los Pou cuando hablamos de montañas y paredes: los Pirineos, los Picos de Europa, con el Picu Urriellu como exponente, y Mallorca, cuna del psicoblock.



**FOOTBALL INTELLIGENCE.
ISRAEL TEOLDO, JOSÉ
GUILHERME, AND JÚLIO
GARGANTA.
D161 TEO 1**

Soccer is the biggest game in the world and has proved to be an unprecedented phenomenon of social impact, inhabiting a prominent place in the daily lives of millions of human beings, a game that has impact even in the most remote places. In an ever-changing world of soccer coaching and tactics, player intelligence has become increasingly important, providing the essential ability to act effectively in a given moment. Therefore, in recent years, the tactical component has been increasingly valued and diffused. Around the world, this dimension of sport performance is being studied and applied by many professionals in the field, from the youth academies all the way through to the professional level.

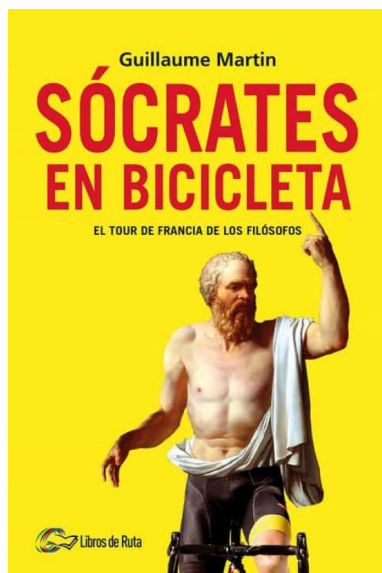
This book is designed to help those who devote much of their time to improving the quality of the game, by coaching and training highly informed, creative and intelligent players. These coaches devote their time and energy to improve players' and teams' performances. In turn, match analysts, physiotherapists, psychologists, clinicians and the sport science team dedicate themselves to optimize resources that help boost the performance levels of the players, the coaches and the team.





SOÑAR DESPIERTO ¿ESTÁS PREPARADO? FRANCISCO JAVIER BECERRA JIMÉNEZ
021 BEC 2

«Soñar despierto» es un libro que despierta hasta a los más escépticos! Logra transmitir enseñanzas esenciales para disfrutar de una vida plena tomando decisiones conscientes, y lo consigue de una forma amena, clara y muy directa. Tiene una extensión del libro adecuada. El texto va al grano, sin circunloquios innecesarios, y la extensión de los capítulos está bastante equilibrada. Estos dos aspectos son importantes para garantizar la fluidez de lectura y mantener el interés del lector a lo largo de todo el texto. Aunque el contenido se centra en el mundo del deporte, las ideas que planteas son extrapolables a cualquier ámbito o circunstancia de la vida, con lo cual, el público objetivo puede estar integrado por cualquier persona interesada en el crecimiento personal.



SÓCRATES EN BICICLETA. GUILLAUME MARTÍN.
210 MAR 2

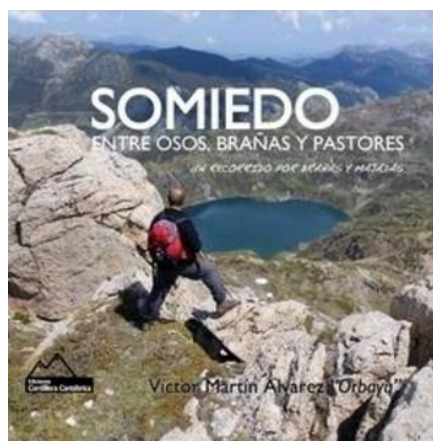
Imaginemos a Sócrates, Aristóteles, Nietzsche, Pascal u otros filósofos en la línea de salida de una gran carrera. Sigamos su preparación hacia el Tour de Francia, la prueba ciclista más prestigiosa del mundo a la que han sido invitados. Compartamos sus preguntas, dudas, discusiones. Reflexionemos a su lado. Pedaleemos con estos divertidos deportistas, estos filósofos-ciclistas, estos ciclósofos, como les llama Guillaume Martin. Se dice que están dotados de una poción mágica: su inteligencia. ¿Podrán así conquistar el codiciado maillot amarillo? " En Sócrates en bicicleta, Martin nos abre las puertas de la imaginación para introducirnos en el mundo del ciclismo y hacernos reflexionar. El ensayo se mezcla con la ficción, la fábula con las meditaciones más profundas. Nietzsche entrenando con valentía, ilustres filósofos escalando puertos junto a los grandes campeones, Heidegger cayendo en una zanja, Sócrates tomando la delantera del pelotón o incluso Sartre dirigiendo la selección francesa...



EVALUACIÓN DE SUELO PÉLVICO ANTES Y DESPUÉS DEL PARTO. NADIA SORIANO...
171 SOR 1

El suelo pélvico es una compleja estructura formada por músculos, ligamentos y tejido conectivo de importancia capital en la vida y la salud de la mujer por ser la encargada de dar forma y función a una serie de aptitudes importantes e inherentes a la condición femenina. El conocimiento de la anatomía de todas las estructuras del suelo pélvico y el periné femenino es esencial para los profesionales de la salud que atienden a la mujer en el embarazo, durante y después del parto. Es de vital importancia que los profesionales implicados en la atención obstétrica conozcan los factores implicados en las complicaciones del parto con potenciales secuelas posteriores en forma de disfunciones del suelo pélvico. Este conocimiento puede ayudar a mejorar la atención obstétrica orientándola de manera que el proceso fisiológico del parto tenga el menor impacto posible para la salud y calidad de vida presente y futura de las mujeres que dan a luz. Además, el conocimiento de la morfología de las estructuras del suelo pélvico, es de capital importancia para poder diagnosticar y tratar adecuadamente las situaciones patológicas derivadas de las mismas, que pueden afectar la salud y calidad de vida de las mujeres que las padecen.





**SOMIEDO. ENTRE OSOS,
BRAÑAS Y PASTORES : UN
RECORRIDO POR BRAÑAS Y
MAJADAS. ORBAYU**
260 MAR 1

Este libro nos ofrece un novedoso e interesante recorrido por las brañas y majadas del Parque Natural de Somiedo, desvelándonos rincones de gran belleza que han permanecido en el anonimato para los senderistas. Además, el autor desea despertar el interés de los lectores, sean o no caminantes, dando a conocer la Historia "Brañeira" de este Parque Natural de Somiedo a través de los testimonios de quienes fueron, y son, activos protagonistas de estas brañas y majadas.

Víctor Martín ha tardado tres años en escribir este libro que no pretende ser un clásico libro de rutas, ya que quiere dar a conocer lo que fueron las zonas de pasto habituales en las parroquias de mayor tradición montañera, tratando de conectar la actividad brañeira con actividad de montaña, mostrando la ubicación de las brañas y majadas, y los diferentes caminos que comunican unos parajes con otros. Además se cuenta algo de historia sobre cada zona y cómo era la costumbre brañeira en el aprovechamiento de los pastos. También se centro en el aspecto montañero por supuesto, y busca el acceso original y poco conocido a algunas cumbres, y todo ello respetando la zonificación del Parque evitando las zonas de uso restringido.



**LAS MEJORES EXCURSIONES.
ESPAÑA. ESCAPADAS DE UN
DÍA A LA NATURALEZA.**
STUART BUTLER...
260 MEJ 1

Desde la nevada majestuosidad de los Pirineos a los abruptos acantilados azotados por las tormentas atlánticas y los paisajes rurales pintados con pueblos enjalbegados, silentes al mediodía, España inspira con semejante diversidad natural. Con este libro, al viajero podrá explorar los senderos que conducen por lo más alto de los Picos, los Pirineos y Sierra Nevada, los prados de flores silvestres en Andalucía y los excelsos miradores costeros en Mallorca y Menorca. Sin olvidarnos de las numerosas rutas célticas alternativas en Galicia, las pistas naturales semi desérticas del interior, a escasos pasos del Mediterráneo, y las montañas olvidadas del País Vasco. Todas estas colinas, montañas, campos, playas y acantilados poseen una extensa y cuidada red de senderos, también muchos refugios de montaña y pensiones en pueblecitos, que contribuyen a que España sea el sueño de cualquier senderista. Basta con atarse bien las botas y salir a descubrir los caminos españoles.

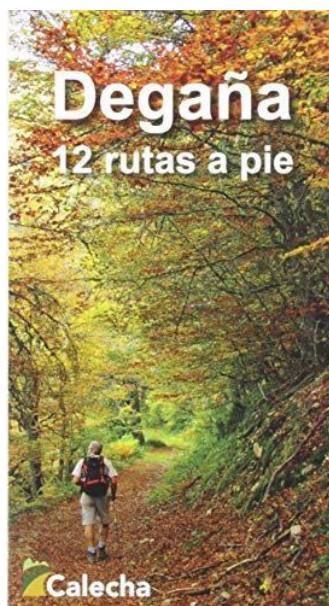


**PARQUE NATURAL DE PONGA.
20 RUTAS A PIE. ALBERTO
ÁLVAREZ RUÍZ.**
260 ALV 6

El Parque Natural de Ponga es un anticipo de los Picos de Europa, con sus grandes desfiladeros y paredes, pero sus bosques son más extensos y carece de masificación turística. Sus poblaciones son muy atractivas y sus rutas de una gran variedad, aunque abundan para montañeros con una cierta experiencia.

Cada ruta a pie del libro incluye un detallado mapa topográfico, perfil altitudinal, descripción precisa del desarrollo del itinerario y numerosas fotografías que permiten identificar las diferentes vistas que encontraremos durante el recorrido. Para aquellos que solo deseen realizar itinerarios suaves o de corta duración, se ha incluido un listado de 11 opciones, a partir de las 20 rutas descritas, con tramos de interés que se pueden realizar cómodamente

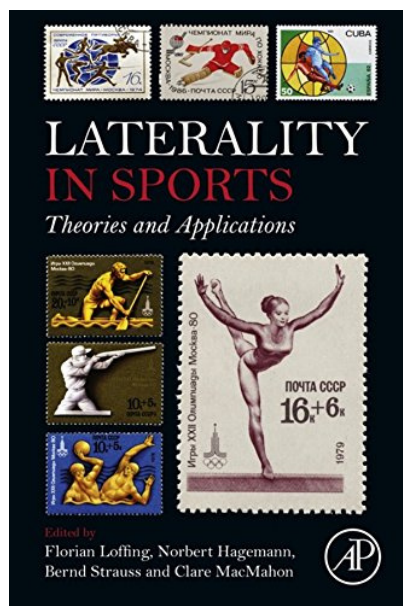




DEGAÑA. 12 RUTAS A PIE.
ALBERTO ÁLVAREZ RUIZ.
260 ALV 5

El concejo de Degaña forma parte del Parque Natural de las Fuentes del Narcea, Degaña e Ibias, el más occidental de los parques naturales asturianos y el que conserva más especies de fauna protegida. Todo el sur de Degaña es una franja continua de veinte kilómetros de roble y adebul, incluyendo un bonito hayedo y varias lagunas. Degaña es un municipio con mucha personalidad, minero, cunqueiro y de una riqueza natural incalculable. Este libro trata sobre bosques y lagunas, en el valle más alto de Asturias.

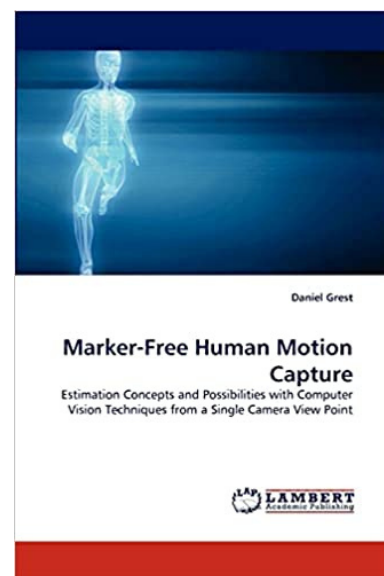
Cada ruta a pie del libro incluye un detallado mapa topográfico, perfil altitudinal, descripción precisa del desarrollo del itinerario y numerosas fotografías que permiten identificar las diferentes vistas que encontraremos durante el recorrido. Para aquellos que solo deseen realizar itinerarios suaves o de corta duración, se ha incluido un listado de 7 opciones, a partir de las 12 rutas descritas, con tramos de interés que se pueden realizar cómodamente



LATERALITY IN SPORTS.
THEORIES AND
APPLICATIONS.
100 LAT 1

Laterality in Sports: Theories and Applications summarizes recent research on the neurophysiological foundations of handedness, and how left or right lateralization (affecting primary hand use, foot use, and eye use) affects motor control, performance outcome, skill acquisition, and achievement of sports expertise both for one-on-one sports and team sports. As laterality research has matured, greater focus has been given to applications in human endeavours and, in particular, sport. The book examines performance within individual sports, and discusses the coaching ramifications of coaching to a specific lateralization preference.

- Describes the neurophysiological foundations of handedness
- Discusses the origins and development of laterality in humans
- Summarizes the impact of laterality on motor control and sports performance
- Encompasses research on both individual and team sports
- Includes research on skill acquisition, coaching, and development of expertise
- Covers research on laterality in preferred hand, foot, and eye use in sports



MARKER-FREE HUMAN
MOTION CAPTURE. DANIEL
GRES
200 GRE 1

Human Motion Capture is a widely used technique to obtain motion data for animation of virtual characters. Commercial optical motion capture systems are marker-based. This book is about marker-free motion capture and its possibilities to acquire motion from a single viewing direction. The focus of this book is on the optimization framework, which can be applied to every pose estimation problem of articulated objects. The motion function is formed with a combination of kinematic chains. This formulation leads to a Nonlinear Optimization problem and is solved with gradient-based methods, which are compared with respect to their efficiency. A new contribution is the inclusion of second order motion derivatives within the pose estimation. The pose estimation step requires correspondences between known model of the person and observed data. Computer Vision techniques are used to combine multiple types of correspondences, which are used simultaneously in the estimation without making approximations to the motion or optimization function, namely 3D-3D correspondences from stereo algorithms and 3D-2D correspondences from image silhouettes and 2D point tracking.





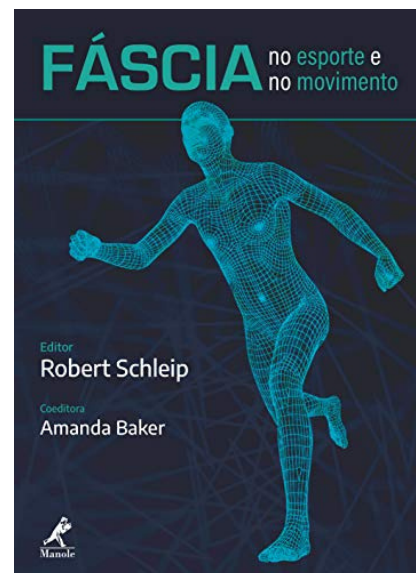
**LA VIOLENCIA SEXUAL EN EL
DEPORTE. GUÍA PARA
PERSONAS ADULTAS**
032 VIO 2

Ojalá no tuviéramos que publicar guías como la que presentamos. Esto querría decir que disfrutaríamos de un deporte libre, limpio, practicado con respeto, beneficioso para la ciudadanía y alejado de peligros que le amenazan. Como institución pública responsable en Cataluña del fomento de la actividad física y el deporte en tanto que hábito saludable y fuente de valores, y también responsable de velar para que la práctica deportiva esté exenta de violencia, nos corresponde actuar e intervenir para evitar que se produzcan situaciones que atentan contra la dignidad y la integridad de las personas, o tomar medidas cuando éstas desgraciadamente tienen lugar



**FOUNDATION: B-BOYS, B-
GIRLS, AND HIP-HOP CULTURE
IN NEW YORK. JOSEPH G.
SCHLOSS..**
181 SCH 2

B-boying is a form of Afro-diasporic competitive dance that developed in the Bronx, NY in the early 1970s. Widely - though incorrectly - known as "breakdancing," it is often dismissed as a form of urban acrobatics set to music. In reality, however, b-boying is a deeply traditional and profoundly expressive art form that has been passed down from teacher to student for almost four decades. Foundation: B-boys, B-girls and Hip-Hop Culture in New York offers the first serious study of b-boying as both unique dance form and a manifestation of the most fundamental principles of hip-hop culture. Drawing on anthropological and historical research, interviews and personal experience as a student of the dance, Joseph Schloss presents a nuanced picture of b-boying and its social context. From the dance's distinctive musical repertoire and traditional educational approaches to its complex stylistic principles and secret battle strategies, Foundation illuminates a previously unexamined thread in the complex tapestry that is contemporary hip-hop.



**FÁSCIA NO ESPORTE E NO
MOVIMENTO**
225 FAS 1

B-boying is a form of Afro-diasporic competitive dance that developed in the Bronx, NY in the early 1970s. Widely - though incorrectly - known as "breakdancing," it is often dismissed as a form of urban acrobatics set to music. In reality, however, b-boying is a deeply traditional and profoundly expressive art form that has been passed down from teacher to student for almost four decades. Foundation: B-boys, B-girls and Hip-Hop Culture in New York offers the first serious study of b-boying as both unique dance form and a manifestation of the most fundamental principles of hip-hop culture. Drawing on anthropological and historical research, interviews and personal experience as a student of the dance, Joseph Schloss presents a nuanced picture of b-boying and its social context. From the dance's distinctive musical repertoire and traditional educational approaches to its complex stylistic principles and secret battle strategies, Foundation illuminates a previously unexamined thread in the complex tapestry that is contemporary hip-hop.

