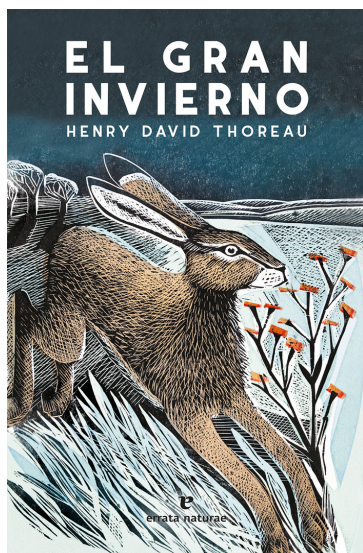


NOVIDADES

DA BIBLIOTECA

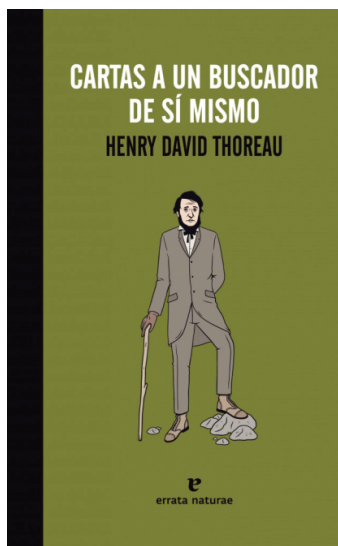
FEBREIRO 2022





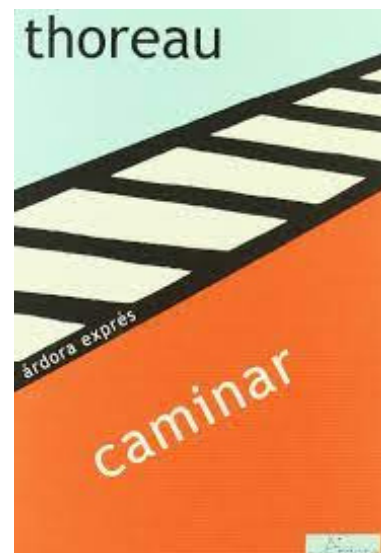
**EL GRAN INVIERNO. HENRY
DAVID THOREAU
BIC (INEF) 110**

Henry David Thoreau sabía bien que el invierno —una vez recogida la cosecha, preparadas las conservas y almacenada la leña— es tiempo para la meditación y los placeres, para contemplar el paisaje albino y leer y escribir junto a la estufa. Tiempo para ser lo que somos y lo que deseamos ser, fértil como ninguno, el único que quizá nos hace sentir vivos, con los pies en la tierra bien blanca. A partir de esta idea, en el presente volumen hemos recopilado los mejores pasajes, pensamientos e intuiciones hibernales que Thoreau fue escribiendo a lo largo de los cuarenta y cuatro inviernos que vivió. Pero se nos ocurrió que a Thoreau no le hubiera gustado que este libro fuera una antología estructurada a partir de la pobreza lineal con la que los occidentales, por desgracia, entendemos el tiempo. Buen conocedor de la lejana cultura hindú y de las cercanas culturas nativas norteamericanas, creemos que habría preferido una compilación orientada a través de una suerte de tiempo cíclico que nos recordara que un invierno es siempre todos los inviernos y que el Gran Invierno es, en realidad, el único que existe. No te damos más pistas, sólo tienes que abrir este libro.



**CARTAS A UN BUSCADOR DE
SÍ MISMO. HENRY DAVID
THOREAU
BIC (INEF) 111**

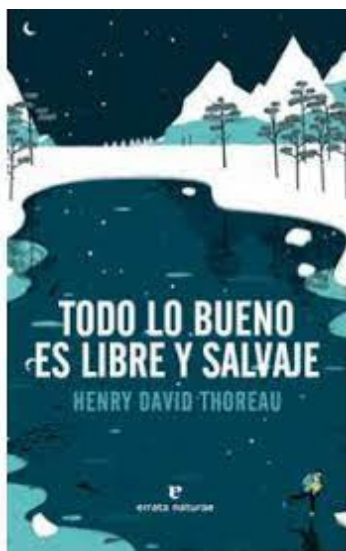
Los cinco ensayos reunidos en este libro exhiben a un Henry David Thoreau que describe la naturaleza con mucha fascinación. La Luna, el papel que juegan las semillas en el funcionamiento del mundo biológico, los fenómenos vinculados con los mares y las mareas, la historia de los manzanos, son solo algunos de los temas que aparecen, concatenados, a lo largo del libro. Como ejemplo, la reflexión de Thoreau, obnubilado por la luz de la Luna, sobre lo que él denomina 'el reino de la noche'. Los hombres hablan de manera muy superficial acerca de la luz de Luna, como si conocieran bien sus cualidades y las menospreciaran, como si los búhos hablaran de la luz del Sol (¡qué saben de esa luz!), pero por lo general esta palabra remite a algo que simplemente no comprenden: ante ella, permanecen en cama y dormidos, por más que valdría la pena que estuvieran levantados y bien despiertos para verla.



**CAMINAR. HENRY DAVID
THOREAU
BIC (INEF) 112**

Henry David Thoreau (1817-1862). Ensayista, topógrafo, disidente nato y maestro de la prosa, su auténtico empleo fue, según él se ocupó de recordar, «inspector de ventiscas y diluvios». Su nombre a llegado a nuestros días ligado a dos libros capitales para el pensamiento individualista y antiautoritario: Ensayo sobre la Desobediencia Civil (1849) y Walden (1854). Caminar (Walking) fue, sin embargo, en vida de Thoreau, su obra más popular. Concebida como conferencia y leída en numerosas ocasiones, sólo se llegó a publicar póstumamente. Es, sobre todo, una exposición de la filosofía del deambular, pero también la defensa de un «pensamiento salvaje» que arroje sobre nuestra conciencia una luz más parecida a la de un relámpago que a la de una vela. Su ironía y el rumbo vagabundo que por momentos toman sus reflexiones, hacen de la lectura de este libro algo tan tonificante como un paseo de buena mañana. Y no hace falta que Thoreau nos recuerde que «el aburrimiento no es sino otro nombre de la domesticación».





**TODO LO BUENO ES LIBRE Y
SALVAJE. HENRY DAVID
THOREAU
BIC (INEF) 113**

Pocos escritores o pensadores han tenido la puntería y el pulso de Henry David Thoreau. Pero a Thoreau no le gustaba la caza, así que usaremos otra metáfora: digamos mejor que pocos escritores o pensadores han sabido extraer la miel del mundo a partir de una sola flor, pocos han estado tan dotados para ese aforismo, esa frase o ese breve fragmento tras cuya lectura sentimos que algo destella, que algo en nuestra vida puede cambiar, que se despliega un conjunto inédito de posibilidades existenciales.



**EL MANANTIAL. ESCRITOS
REFORMADORES. HENRY
DAVID THOREAU
BIC (INEF) 114**

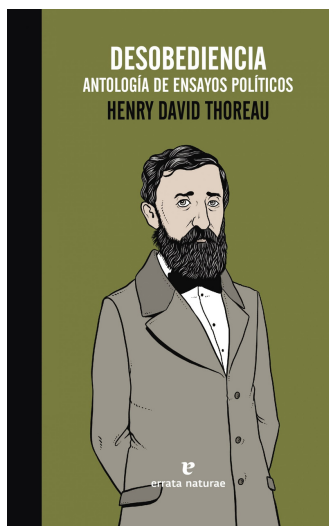
La obra de Henry David Thoreau suele dividirse en dos grandes categorías implícitas en «Walden»: la de los escritos de la naturaleza o «lo salvaje», que representan el documento de partida de la moderna ecología, y la de los textos políticos que, alrededor del ensayo «La desobediencia civil», han recibido desde el principio el nombre de «reformadores». «El manantial» reúne por primera vez la mayoría de los ensayos correspondientes a la segunda categoría, varios de los cuales permanecían inéditos en nuestro idioma.



**LA NOCHE Y LA LUZ DE LA
LUNA. HENRY DAVID THOREAU
BIC (INEF) 115**

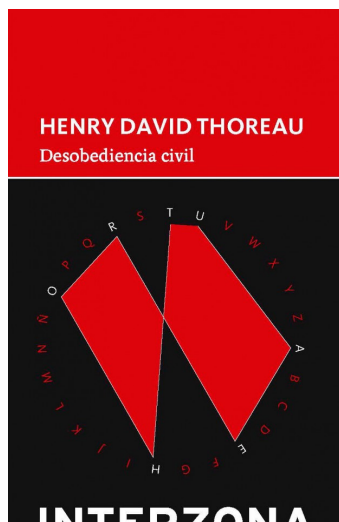
Los cinco ensayos reunidos en este libro exhiben a un Henry David Thoreau que describe la naturaleza con mucha fascinación. La Luna, el papel que juegan las semillas en el funcionamiento del mundo biológico, los fenómenos vinculados con los mares y las mareas, la historia de los manzanos, son solo algunos de los temas que aparecen, concatenados, a lo largo del libro. Como ejemplo, la reflexión de Thoreau, obnubilado por la luz de la Luna, sobre lo que él denomina «el reino de la noche». Los hombres hablan de manera muy superficial acerca de la luz de Luna, como si conocieran bien sus cualidades y las menospreciaran, como si los búhos hablaran de la luz del Sol (¡qué saben de esa luz!), pero por lo general esta palabra remite a algo que simplemente no comprenden: ante ella, permanecen en cama y dormidos, por más que valdría la pena que estuvieran levantados y bien despiertos para verla.





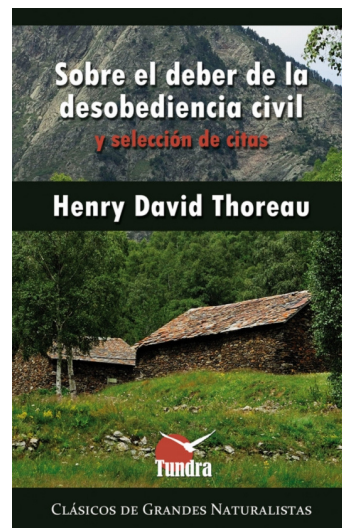
**DESOBEDIENCIA. ANTOLOGÍA
DE ENSAYOS POLÍTICOS.
HENRY DAVID THOREAU
BIC (INEF) 116**

En los últimos años, hemos visto cómo se alzan leyes que ilegalizan la desobediencia democrática y la resistencia pasiva, cómo el Estado se resiste con mayor ahínco a garantizar los derechos y libertades elementales del ciudadano, cómo los gobiernos siguen ignorando sus apremiantes responsabilidades en el ámbito ecológico... Todas éstas fueron, precisamente, las grandes inquietudes de Thoreau, las grandes preguntas que lanzó a su tiempo y al nuestro: ¿cuál es el fundamento y el límite de la obediencia de los ciudadanos con relación a la autoridad política?, ¿puede justificar la libertad el uso de la violencia?, ¿cuáles son nuestras verdaderas necesidades y quién debe garantizarlas? En términos políticos, Thoreau fue sin duda un disidente e impregnó sus escritos con una fuerza tonificante que, aún hoy, anima nuestro propio espíritu de la resistencia y mantiene nuestra guardia en alto.



**DESOBEDIENCIA CIVIL. HENRY
DAVID THOREAU
BIC (INEF) 117**

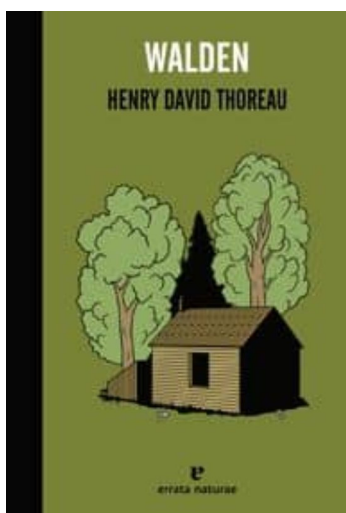
"Está más cerca de un anarquista que de un demócrata, un socialista o un comunista. De todos modos, no le interesaba la política; era un tipo de persona que, de haber proliferado, hubiera provocado la no existencia de los gobiernos. Ésta es, a mi parecer, la mejor clase de hombre que una comunidad puede producir. Y es por eso que siento hacia Thoreau un respeto y una admiración desmesurados." Henry Miller



**SOBRE EL DEBER DE LA
DESOBEDIENCIA CIVIL. HENRY
DAVID THOREAU
BIC (INEF) 118**

Cuando el joven Gandhi viajó a su primer destino en Sudáfrica, donde su lucha por la defensa de los derechos humanos le llevó a desarrollar activamente la resistencia no violenta, con la cual, más tarde, y ante el asombro del mundo, liberaría a la India del yugo del imperio británico, llevaba consigo como libro de cabecera el célebre ensayo de Henry David Thoreau "Sobre el deber de la desobediencia civil". Una obra determinante que también entusiasmó a León Tolstói, quien, hasta su muerte, apoyó y ayudó a moldear esta forma de protesta a su amigo Gandhi, durante las campañas de resistencia sudafricanas. Igualmente, Martin Luther King, Jr. hizo de esta obra de Thoreau la piedra angular del argumentario ético de la resistencia activa no violenta, característica del Movimiento por los Derechos Civiles, lo mismo que, de nuevo en Sudáfrica, aplicó heroicamente Nelson Mandela en la lucha contra el Apartheid.





**WALDEN. HENRY DAVID
THOREAU
BIC (INEF) 119**

En 1845 Thoreau abandona la casa familiar de Concord y se instala en la cabaña que ha construido junto a la laguna de Walden. Pero no se marcha a los bosques para «jugar a la vida», sino para «vivirla intensamente de principio a fin». A partir de esa experiencia escribe uno de los clásicos fundamentales del ensayo moderno. Walden es tanto un experimento literario sin precedentes como un manual para la buena vida: un libro escrito contra toda servidumbre y a favor de la felicidad como única riqueza del ser humano.



**ESTROPEANDO EL JUEGO.
JOSÉ LUIS PÉREZ TRIVIÑO
211 PER 2**

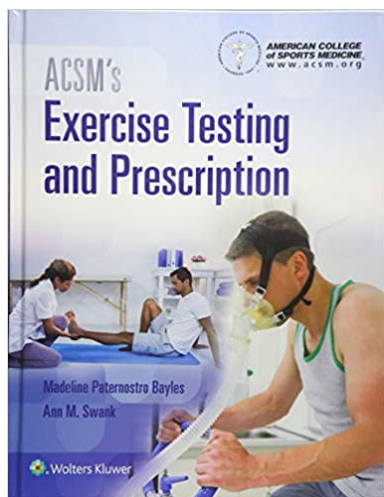
El deporte suele ser visto como el ámbito propio del fair play, el ideal clásico cuya realización convierte en valiosas a tal práctica desde la perspectiva de la vida humana. Sin embargo, más allá de la acritica aceptación generalizada de la vinculación conceptual entre práctica deportiva y fair play, un análisis objetivo y desapasionado del deporte permite concluir que son varios los comportamientos incrustados en la práctica deportiva que contradicen - las trampas- o podrían contradecir -los abusos o las faltas estratégicas- ese presupuesto valor moral. El análisis de estas conductas que bordean la antideportividad plantea un debate profundo acerca de la naturaleza del deporte, y de sus componentes, principales, las reglas, las convenciones y los principios éticos.



**ACTIVIDADES FÍSICO-
DEPORTIVAS PARA LA
INCLUSIÓN SOCIAL. JORGE
VILLACIEROS RODRÍGUEZ
046 VIL 1**

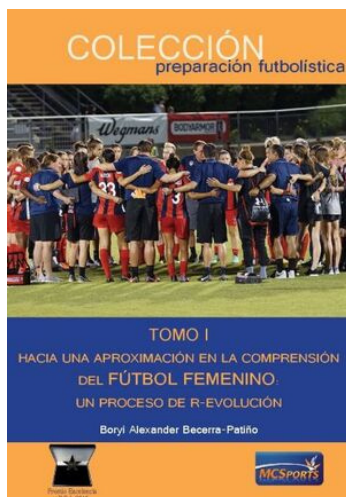
1. Las personas mayores
2. La actividad física en personas mayores
3. Intervención en personas mayores
4. Contextualización de la discapacidad
5. Actividad físico-deportiva adaptada para personas con discapacidad
6. Intervención para personas con discapacidad
7. Generalidades de poblaciones en riesgo de exclusión social
8. La actividad física y el deporte como herramientas de inclusión
9. Evaluación de los procesos de intervención en poblaciones con riesgo de exclusión social





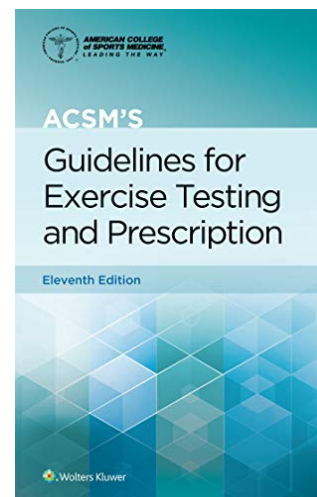
**ACSM'S. EXERCISE TESTING
AND PRESCRIPTION.
MADELINE PATERNOSTRO
BAYLES, ANN M. SWANK
(EDS.)
170 ACS 9**

ACSM'S Exercise Testing and Prescription adapts and expands upon the assessment and exercise prescription-related content from ACSM's Resource Manual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription, 7th Edition, to create a true classroom resource. Fully aligned with the latest edition of ACSM's flagship title, ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription, this practical resource walks students through the process of selecting and administering fitness assessments, using Guidelines to interpret results, and drafting an exercise prescription that is in line with Guidelines parameters.



**HACIA UNA APROXIMACIÓN
EN LA COMPRENSIÓN DEL
FÚTBOL FEMENINO. UN
PROCESO DE R-
EVOLUCIÓN. BORYI A.
BECERRA PATIÑO
031 BEC 1**

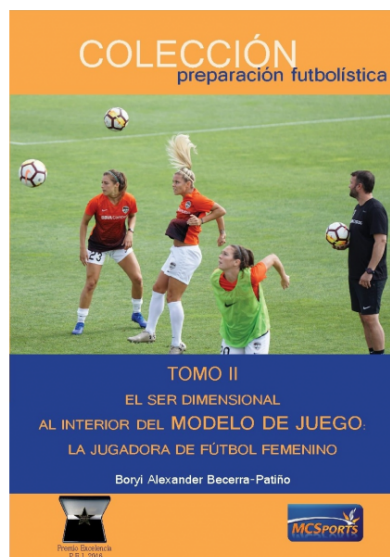
El presente texto busca, centrar la atención y despertar el interés en el lector, para comprender la dinámica compleja del fútbol femenino, en todas sus dimensiones y en las integraciones de sus fronteras, abriendo nuevas posibilidades para favorecer aquellos procesos hermenéuticos, donde la necesidad y la prioridad pueden entrañar lazos y con ello, focalizar equidistantemente campos magnéticos en el que las ideas, pensamientos, sentimientos, emociones, decisiones, ejecuciones, relaciones sociales, empatía, solidaridad, responsabilidad, compromiso; proliferen apuestas éticas y políticas conducentes a seguir favoreciendo el crecimiento, desarrollo y evolución del fútbol femenino, en todas sus categorías, niveles y contextos.



**ACSM'S. GUIDELINES FOR
EXERCISE TESTING AND
PRESCRIPTION.
170 ACS 8**

As directrices da ACSM para probas de exercicios e prescrición son un libro único dentro do mercado de ciencias do exercicio. O libro presenta unha serie de directrices para avaliar a aptitude (probas) e prescribir as receitas de exercicio. Estas orientacións están baseadas na última investigación primaria e cambian lixeiramente - e os cambios están baseados en evidencias - con cada nova edición. O libro publícase co Colexio Americano de Medicina Deportiva (ACSM) e está escrito por un equipo de expertos no campo.





**EL SER DIMENSIONAL AL
INTERIOR DEL MODELO DE
JUEGO. LA JUGADORA DE
FÚTBOL FEMENINO. BORYI A.
BECERRA PATIÑO**

031 BEC 2

ACSM'S Exercise Testing and Prescription adapts and expands upon the assessment and exercise prescription-related content from ACSM's Resource Manual for Guidelines for Exercise Testing and Prescription, 7th Edition, to create a true classroom resource. Fully aligned with the latest edition of ACSM's flagship title, ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription, this practical resource walks students through the process of selecting and administering fitness assessments, using Guidelines to interpret results, and drafting an exercise prescription that is in line with Guidelines parameters.

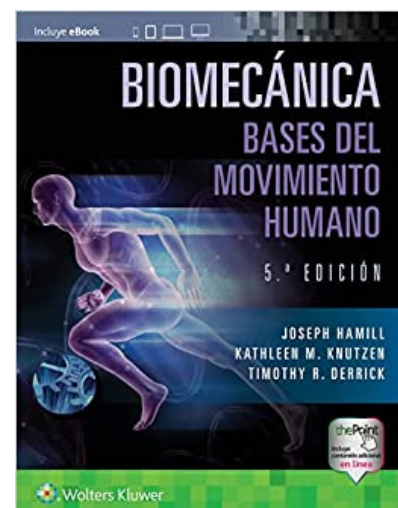


**BUENAS PRÁCTICAS
INCLUSIVAS EN RECREOS Y
DEPORTE EN EDAD ESCOLAR.
OLGA RODRÍGUEZ FERRÁN,
ROSA DE LOS ÁNGELES
FERNÁNDEZ LAGAR (COORDS.)**

046 BUE 1

La sociedad y sus instituciones están en proceso de reconocimiento del juego y del deporte inclusivo como principales fuentes de actividad física y de su relación con la salud física emocional y social. La escuela es un motor fundamental en este proceso, ya que muestra cada vez un número mayor de buenas prácticas inclusivas lúdicas y deportivas, que se pueden replicar en otros ámbitos formales y no formales en los que se desenvuelven los y las escolares.

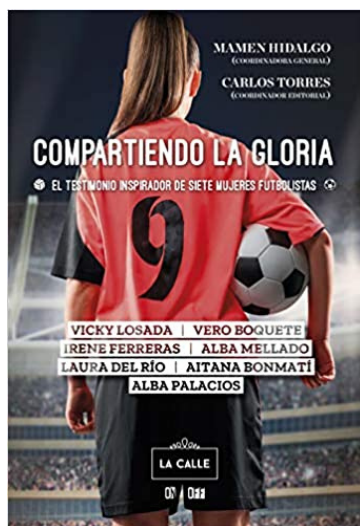
La presente publicación da cuenta de todo ello y los contenidos recogidos en la misma reúnen conocimientos y experiencias de buenas prácticas presentados por numerosos expertos y profesionales de distintos ámbitos (nacional e internacional) en materia de inclusión, juego y deporte.



**BIOMECÁNICA. BASES DEL
MOVIMIENTO HUMANO.
JOSEPH HAMILL
200 HAM 2**

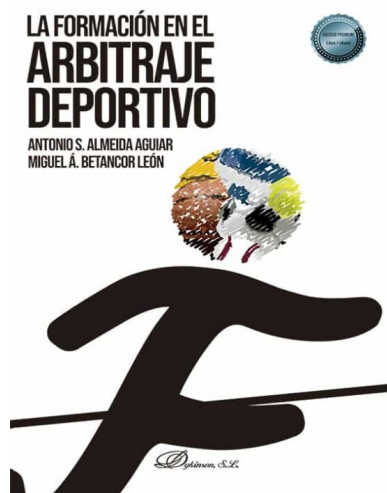
As directrices da ACSM para probas de exercicios e prescrición son un libro único dentro do mercado de ciencias do exercicio. O libro presenta unha serie de directrices para avaliar a aptitude (probas) e prescribir as receitas de exercicio. Estas orientacións están baseadas na última investigación primaria e cambian lixeiramente - e os cambios están baseados en evidencias - con cada nova edición. O libro publícase co Colexio Americano de Medicina Deportiva (ACSM) e está escrito por un equipo de expertos no campo.





**COMPARTIENDO LA GLORIA.
MAMEN HIDALGO, CARLOS
TORRES (COORDS.)
240 COM 1**

El fútbol femenino, ese que contemplamos con orgullo y que ponemos como ejemplo de los avances sociales en materia de igualdad, encierra en el incipiente esplendor de hoy la historia de una callada e incansable lucha, la de aquellas mujeres que, superando cualquier obstáculo, se enfrentaron a convenciones, estereotipos y limitaciones sociales, familiares e incluso personales para abrir un camino que conduce a un presente en el que los referentes sociales (y también los futbolísticos) empiezan, por fin, a tener también nombre de mujer. Nadie mejor que ellas, las futbolistas, para ayudarnos a echar la vista atrás, mostrarnos lo avanzado y advertirnos sobre el largo trecho aún por recorrer.



**LA FORMACIÓN EN EL
ARBITRAJE DEPORTIVO.
ANTONIO S. ALMEIDA, MIGUEL
Á. BETANCOR.
042 ALM 1**

Esta obra pretende contribuir a la construcción de un diseño formativo para la profesionalidad del arbitraje como un componente cualificado en el ámbito del deporte. Para alcanzar este objetivo, nuestra aproximación parte de una visión amplia, humanista, vinculada a las ciencias de la educación, y no sólo referida a la parte técnica y legislativa del deporte. Contemplamos una serie de consideraciones sobre la figura del árbitro en el siglo XXI: la propia noción histórica del árbitro, sus ámbitos de actuación y competencia, la formación de los árbitros y jueces deportivos mediante una propuesta que tome en consideración nuevas áreas curriculares, los valores éticos de la figura arbitral, la tecnología aplicada a la formación y toma de decisiones, etc.



**MI DIETA YA NO COJEA.
AITOR SÁNCHEZ
161 SAN 6**

Alimentarse de forma correcta es muy complicado, más aun teniendo en cuenta que vivimos rodeados de mitos y pequeños engaños relacionados con la nutrición que lo convierten en una tarea más ardua si cabe. En Mi dieta cojea, Aitor Sánchez nos demostró que desmontar estos mitos no es tan difícil y que dejar de comer tan mal como lo hacemos es posible. Pero ¿cómo?

En este nuevo libro, el nutricionista de referencia nos propone diez sencillos pasos para recuperar el control y conseguir que nuestra dieta deje por fin de cojear. Dividido en tres niveles y un bonus track especial para nutrifrikis, aprenderemos no solo a reorganizar nuestra despensa o a leer etiquetas, sino que además descubriremos recetas muy útiles y consejos prácticos para ordenar el caos nutricional en el que nos ha sumido la industria.

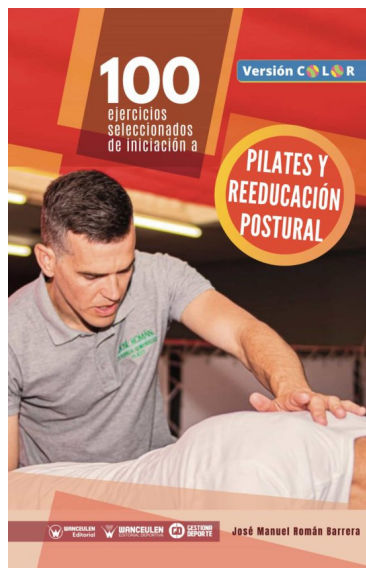




**ERIKA Y LA DANZA. FÁTIMA MORENO
021 MOR 4**

ERIKA es una niña callada y soñadora, que desea entrar en «la mágica puerta roja» para divertirse como lo hacen otros niños y niñas, pero se encuentra con un inconveniente: tras esa puerta todos pueden mover su cuerpo libremente, y ella cree que no puede hacerlo. Hasta que llega ¡LA GRAN TARDE! Y descubre todo lo que es capaz de conseguir...

Este cuento de Educación Emocional y Danza Educativa, Creativa e Inclusiva, pretende ampliar la visión sobre la práctica de la danza y eliminar «las barreras», a través de una historia de autosuperación, con una niña adorable como protagonista que descubre que puede alcanzar sus sueños.



**100 EJERCICIOS SELECCIONADOS DE INICIACIÓN A PILATES Y REEDUCACIÓN POSTURAL. JOSE MANUEL ROMAN BARRERA
173 ROM 2**

Los ejercicios de Pilates se basan en seis principios que hay que llevar a cabo durante la ejecución de las clases y en el día a día, ya que ayudan a corregir los malos hábitos posturales. Los principios del método son la base principal que hace que genere numerosos beneficios en su práctica mejorando patologías y problemas posturales.

Estos principios son CONCENTRACIÓN, CENTRO, CONTROL, FUIDEZ, RESPIRACIÓN Y PRECISIÓN.

Con ellos conseguimos que los ejercicios sean mas efectivos y el beneficio es mayor y a través del centro energético o mansión del poder, se logra controlar los desequilibrios que generamos en cada movimiento no controlado.

Conseguiremos una mejoría considerable en las dolencias de zonas cervicales y lumbares si respetamos las siguientes acciones: Saber interpretar los movimientos. Visualizar el ejercicio antes de su ejecución.

Fortalecer los músculos estabilizadores. Alinear de forma correcta respetando las curvaturas naturales de la columna vertebral.



**ATLETISMO PARA JÓVENES. JUAN ALFONSO GARCÍA ROCA, ANTONIO SÁNCHEZ PATO, MARÍA CARIDAD HERNÁNDEZ GUARDIOLA
D034 ATL 1**

Atletismo para jóvenes busca ser una amena e instructiva lectura para enriquecer la forma de entender el atletismo, aportando numerosas propuestas para la enseñanza y mejora de las diferentes disciplinas (carreras, saltos y lanzamientos) que conforman esta modalidad deportiva.

El libro quiere servir de guía a los monitores, educadores y entrenadores que trabajan enseñando atletismo y sus especialidades a niños y jóvenes.

En el texto se incluyen numerosas imágenes y gráficos que describen los elementos técnicos y los ejercicios básicos de cada especialidad, acompañados, a su vez, de enlaces a videos que muestran la realización práctica de las habilidades propuestas.



Coordinadores
Luis García Álvarez
Julio García Mera

Alto rendimiento

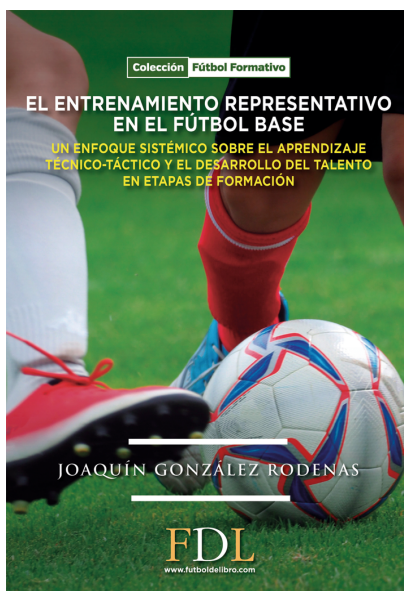
Del deporte a la empresa



PIRÁMIDE

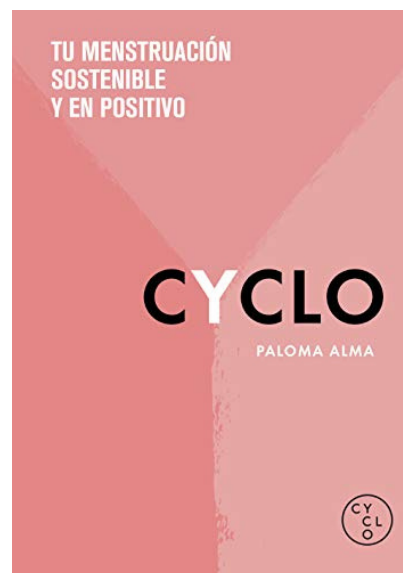
ALTO RENDIMIENTO. DEL DEPORTE A LA EMPRESA. LUIS GARCÍA ÁLVAREZ, JULIO GARCÍA MERA
240 ALT 1

Las historias que se pueden leer en este libro pertenecen a deportistas ejemplares. Ellos han desarrollado sus carreras profesionales en el deporte. Y han usado lo que les ha enseñado este para reinventarse, ordenar sus prioridades y comenzar de nuevo, pero con el equipaje que les ha dado su actividad deportiva. Algunos lo han tenido claro, otros no tanto. Algunos han apostado por un proyecto empresarial, otros por una iniciativa social o un plan de ahorro e inversión.



EL ENTRENAMIENTO REPRESENTATIVO EN EL FÚTBOL BASE. JOAQUÍN GONZÁLEZ RODENAS
D160 GON 2

Este libro pretende no solo responder, sino también profundizar sobre estas y muchas otras preguntas que giran en torno al proceso de entrenamiento en fútbol base. No obstante, esta obra no contiene recetas del éxito, ni distingue entre lo correcto o incorrecto, sino que pretende ser una fuente de reflexión y discusión, donde la evidencia científica se combina con propuestas prácticas para exponer ideas y conceptos metodológicos basados en el análisis sistémico del juego y del jugador.



CYCLO. TU MENSTRUACIÓN SOSTENIBLE Y EN POSITIVO. PALOMA ALMA
032 ALM 1

¿Es posible menstruar sin dolor y sin medicamentos?, ¿qué productos de higiene menstrual puedo usar que sean respetuosos con el medio ambiente? La copa menstrual, el sangrado libre, las compresas de algodón ecológico... Cómo usar estos productos, cómo gestionar la menstruación, las hormonas, los estados de ánimo: todo lo que necesitas saber recogido en un libro perfecto para empezar a conocer tu ciclo.

Un libro de educación menstrual para cambiar el modo en que vivimos la menstruación: ahora eres tú la que manda en tu ciclo menstrual.





**LA REGLA MOLA. SI SABES
CÓMO FUNCIONA. ANNA
SALVIA RIBERA, CRISTINA
TORRÓN VILLALTA
032 SAL 2**

¿Qué es la menstruación?, ¿cómo te transforma el ciclo menstrual?, ¿la regla duele?, ¿qué opciones tienes para no mancharte?, ¿la primera regla llega de repente?

Todo lo que siempre has querido saber sobre la menstruación (y nunca te has atrevido a preguntar) explicado de forma directa y divertida para vivir estos cambios con confianza y bienestar. Porque tener la regla mola, pero hay que saber cómo funciona.

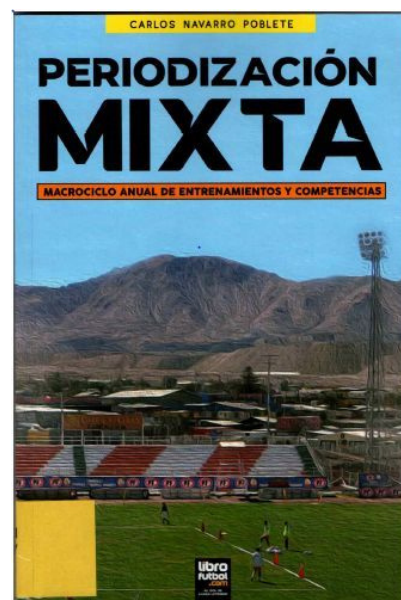
De la mano de Anna Salvia, psicóloga especializada en educación sexual, y Cristina Torrón Villalba, ilustradora que gestiona el proyecto formativo de educación sexual para niñas Menstruita.



**EL MICROCICLO
ESTRUCTURADO. LA
METODOLOGÍA DE FRANCISCO
SEIRUL LO. SEBASTIÁN
MORALES
D160 MOR 1**

El lector que se atreva a navegar por las siguientes páginas descubrirá qué; el jugador es una estructura hipercompleja formada por distintas estructuras; que, para optimizarlas hay una forma particular de crear tareas; que se debe adaptar la complejidad de estas al momento del deportista existiendo distintos tipos de ejercicios; que hay que utilizar determinadas estrategias de organización en los elementos del entrenamiento para asemejarlo al juego real.

Es necesario aproximarse a las enseñanzas de Seirul-lo sin prejuicios ya que estas trascienden lo meramente procedimental, administrativo o metodológico. Todos estos elementos están presentes en su obra, sí. Pero Paco llega más allá y nos habla de socioafectividad, de empatía, de lo hologramático y de lo recursivo. Nos invita a observar el mundo que nos rodea y el juego no desde la perspectiva de la dialéctica, sino desde la dialógica.



**PERIODIZACIÓN MIXTA.
CARLOS SERGIO NAVARRO
POBLETE.
D161 NAV 2**

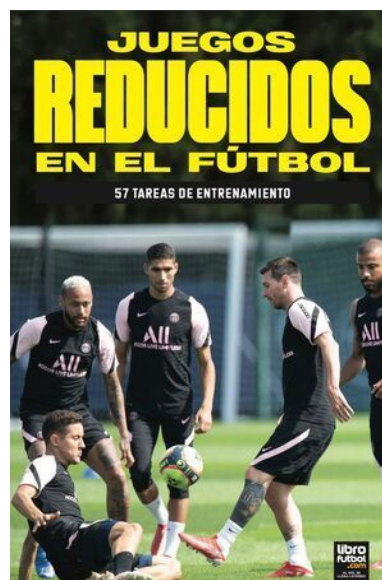
La planificación del entrenamiento en el marco de un modelo metodológico específico, como la periodización mixta, resulta fundamental en la gestión de una estructura de trabajo que tiene como objetivo optimizar la capacidad del rendimiento deportivo; ya que a partir de las variables que determinan dicha planificación, los métodos, la organización, las tareas y los contenidos del entrenamiento se articulan en una estrecha relación con la dinámica del rendimiento futbolístico. No obstante, este proceso se hará efectivo en la medida que los mecanismos de control del entrenamiento resulten eficientes, de modo que se logre implementar un proceso científicamente fundamentado en función de concepciones metodológicas coherentes y estructuradas según las exigencias que cada temporada presenta de manera específica en términos de tiempo, recursos, calendarización de competencias y objetivos planteados. Cada macrociclo es diferente al anterior y al posterior.





**PSICOLOGÍA, FÚTBOL Y
COMPLEJIDAD. SANTIAGO
LÓPEZ PAPUCCI
021 LOP 1**

El paradigma científico convencional y abstracto ha sido puesto en cuestión en el siglo XX debido a las indagaciones científicas sobre la realidad caótica del mundo concreto. Este cambio aún se hace sentir en todas las actividades humanas incluyendo al fútbol. Las metodologías de entrenamiento que conciben al ser humano como un sistema auto-eco-organizado plantean otro lugar a la psicología en el marco de la complejidad. El libro busca dar cuenta de este proceso para fundamentar la labor actual de psicólogas y psicólogos en el fútbol.



**JUEGOS REDUCIDOS EN EL
FÚTBOL
D160 JUE 1**

Libro, a todo color, con juegos en espacios reducidos para la preparación semanal de tu equipo. Se ha demostrado cómo un método intermitente como este, que tiene varias repeticiones breves con recuperaciones, resulta más útil desde el punto de vista del aprendizaje, de la optimización de los tiempos, y de la mejora de los futbolistas en el aspecto físico, cognitivo, técnico y táctico. Variando el número de futbolistas, las dimensiones del campo, las reglas específicas y la duración, entre otros puntos, lograrás entrenar un gran número de alternativas dentro de las 57 tareas desarrolladas en esta obra. Dependiendo de los objetivos de tu equipo, podrás adaptar estas ejercitaciones para que se acerquen a tu modelo de juego y al rival del próximo partido.

