

NOVIDADES

DA BIBLIOTECA

FEBREIRO 2023



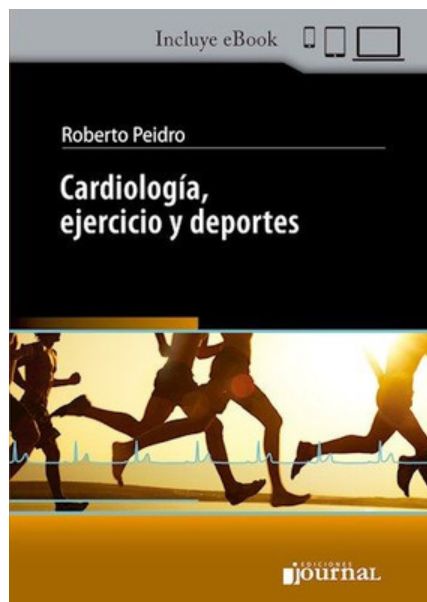


**DISCIPLINA SIN LÁGRIMAS.
UNA GUÍA IMPRESCINDIBLE
PARA ORIENTAR Y
ALIMENTAR EL DESARROLLO
MENTAL Y DE TU HIJO/
DANIEL J.SIEGEL, TINA PAYNE
BRYSON
020 SIE 2**

Los autores de El cerebro del niño, Daniel J. Siegel y Tina Payne Bryson, analizan, en esta ocasión, el desafío primordial en la educación de los hijos: la disciplina.

Haciendo hincapié en el fascinante vínculo entre el desarrollo neurológico del niño y el modo en que los padres reaccionan ante la mala conducta de este, Disciplina sin lágrimas proporciona un efectivo y compasivo "mapa de carreteras" para afrontar las pataletas, las tensiones y las lágrimas sin montar un número.

Al definir el verdadero significado de la palabra "disciplina" (instruir sin gritos ni regañinas), los autores explican cómo establecer una conexión con el niño, redirigir las emociones y convertir una rabieta en una oportunidad para crecer. De este modo, el ciclo de comportamiento (y castigo) negativo básicamente se detiene, mientras que la resolución del problema se transforma en una situación en la que todos salen ganando.



**CARDIOLOGÍA, EJERCICIO Y
DEPORTES/ROBERTO PEIDRO
081 PEI 1**

Cardiología, ejercicio y deportes desarrolla los temas más relevantes relacionados con el ejercicio para la salud, el corazón del atleta, el deportista con cardiopatía y los métodos diagnósticos y evaluativos que ofrece la cardiología actual. Incluye diferentes tópicos que van desde la fisiología al entrenamiento, la biomecánica, el deporte en situaciones especiales (como el buceo y la altitud), las neurociencias, la mujer atleta y el deporte en el niño.

Además, presenta casos clínicos que dan cuenta de la vasta experiencia del autor y del prestigioso grupo de profesionales que han colaborado. Los capítulos sobre la preparación general del deportista en términos de evaluaciones, entrenamientos, nutrición, cualidades especiales y prevención de lesiones, así como la aplicación de nuevas tecnologías para mejorar el rendimiento y la salud, ofrecen a los lectores un amplio panorama sobre las ciencias aplicadas al ejercicio y el deporte. Cardiología, ejercicio y deportes está dirigido a médicos del deporte, cardiólogos y otras especialidades médicas con interés en el ejercicio y el deporte; kinesiólogos, profesores de educación física y estudiantes avanzados en ciencias del deporte; profesionales de distintas áreas de la salud interesados en el deporte en general y sus aspectos cardiovasculares en particular.



**THE FEEL GOOD
BOOK/CLAUDIA FERNÁNDEZ
MARTÍNEZ
BIC SAU 24**

Descubre The Feel Good Book un libro para hacer las paces con tu cuerpo y con tu relación con la comida. ¿Te sientes culpable al comer ciertos alimentos? ¿Comparas tu cuerpo con el de otras personas? Cuando te miras al espejo, ¿lo primero que ves es lo que no te gusta?

La relación con nuestro cuerpo no siempre es fácil, y muchas veces llegamos a obsesionarnos, haciendo que nuestra relación con el deporte, con la comida y con nosotras mismas se vuelva complicada. Sin embargo, es algo en lo que podemos trabajar para conseguir que habitar nuestro cuerpo deje de ser una tortura.

El objetivo de este libro es animarte a dar el paso de conocerte, escucharte y priorizarte (porque eso de quererte es difícil y empezar por priorizarte es mucho más sencillo).

De la mano de Clau Fernández, divulgadora y creadora de contenidos, que promueve en sus redes un estilo de vida saludable que nos haga sentir felices y una relación sana con la comida y con nuestros cuerpos a través de la alimentación intuitiva y de escuchar nuestro cuerpo y sus necesidades.

Un libro para aprender a quererte bien contigo misma, con teoría, ejercicios y propuestas que te ayudarán a cuidarte y a disfrutar más de la vida, porque, querida: ¡es el momento de dejar de sufrir!



MUJERES EN FORMA

El entrenamiento adecuado para cada etapa de tu vida

Alberto García Bataller



Descubre los ejercicios físicos que realmente necesitas

MUJERES EN FORMA. EL ENTRENAMIENTO ADECUADO PARA CADA ETAPA DE TU VIDA/ALBERTO GARCÍA BATALLER
171 GAR 2

Mujeres en forma es el nuevo libro de referencia para toda aquella mujer interesada en comenzar a hacer deporte o que ya practique de manera habitual y que pretenda realizarlo con ciertas garantías en relación con su salud y estado físico, vistos desde una perspectiva intrínsecamente femenina, atendiendo a las características específicas de su organismo, de sus ritmos vitales y hormonales. Es decir, teniendo en cuenta lo que es: una mujer. ¿Afecta mi menstruación a mi rendimiento deportivo? ¿Tengo que preocuparme por mi suelo pélvico? ¿Debo tener especial precaución si estoy embarazada? ¿Qué deporte es más adecuado para cada fase de mi embarazo? Este libro, eminentemente práctico, te habla directamente y responde a todas estas preguntas con información precisa, especializada y detallada. Ropa, ejercicios, alimentación, consejos?

SIN BARRERAS

Seis experiencias de deporte adaptado

Elisabet Serra y Laia Vidal



SIN BARRERAS. SEIS EXPERIENCIAS DE DEPORTE ADAPTADO/ELISABET SERRA Y LAIA VIDAL
300 SER 1

Este libro nos muestra experiencias de superación personal, a partir del testimonio de deportistas amateurs y profesionales con discapacidad física. Descubre cómo, gracias al esfuerzo y la constancia, han superado todas las barreras físicas y mentales que se han encontrado a lo largo del camino.

LA FORMACIÓN DEL ENTRENADOR PERSONAL
UNA PERSPECTIVA DESDE EL GRADO
EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

Antonio Cejudo



LA FORMACIÓN DEL ENTRENADOR PERSONAL. UNA PERSPECTIVA DESDE EL GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE/ANTONIO CEJUDO
224 CEJ 1

El entrenador personal es un profesional del fitness egresado en las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CAFD), que se ocupa de mejorar el fitness funcional relacionado con la salud en poblaciones aparentemente sana y con discapacidad o enfermedad crónica (p. ej. lumbalgia, síndrome subacromial, osteoporosis, hipertensión arterial, diabetes, etc.). Este profesional se caracteriza por diseñar planes anuales de entrenamiento de manera individualizada o pequeño grupo (3-4 clientes con características físico-técnicas similares) en base a los resultados de una evaluación integral para conseguir los objetivos de su cliente con eficacia y seguridad.

Este libro ofrece contenidos teóricos y prácticos con base científica para que los estudiantes (o futuros egresados) adquieran las competencias profesionales del entrenador personal en diferentes entornos laborales (p. ej. centros boutique, centros deportivos y de ocio, polideportivos, centros fitness y salud, parques públicos, cruceros, complejos hoteleros, balnearios o centros virtuales).



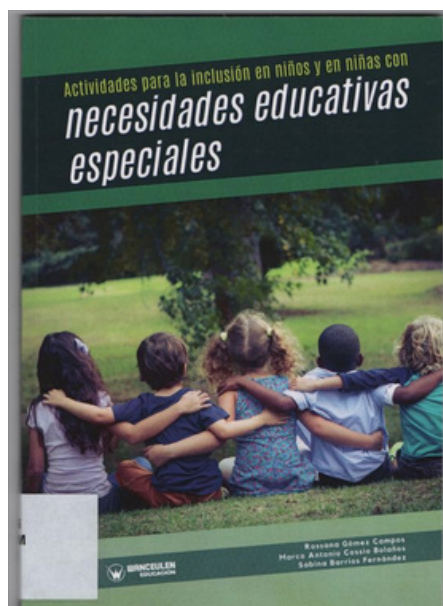
**PREVENCIÓN Y
REHABILITACIÓN DE
LESIONES DEPORTIVAS/DAVID
JOYCE, DANIEL LEWIDON
150 JOY 1**

La rehabilitación de nivel mundial del atleta lesionado integra las mejores prácticas en medicina deportiva y fisioterapia con técnicas de entrenamiento y acondicionamiento físico a la vanguardia, basadas en la evidencia de las ciencias del deporte.

En este nuevo e innovador libro, los principales profesionales de la rehabilitación y las lesiones deportivas, los preparadores físicos, los biomecánicos y los científicos deportivos muestran cómo funciona este modelo integrado en todo el espectro de la atención de los deportistas. En cada capítulo hay un enfoque nítido de vuelta al rendimiento, en lugar de solo un retorno a la práctica deportiva.

Cada capítulo ofrece una clase magistral de múltiples profesionales del deporte de élite, que contiene protocolos de las mejores prácticas, procedimientos y programas diseñados para un alto rendimiento. Ningún otro libro examina la rehabilitación con tanto detalle desde el punto de vista del alto rendimiento.

Prevención y Rehabilitación de Lesiones Deportivas es una lectura esencial para cualquier curso de medicina y rehabilitación, preparación física, readaptación físico-deportiva y para cualquier clínico, entrenador o profesional de alto rendimiento que trabaje para prevenir o rehabilitar lesiones deportivas.



**ACTIVIDADES PARA LA
INCLUSIÓN EN NIÑOS Y EN
NIÑAS CON NECESIDADES
EDUCATIVAS
ESPECIALES/ROSSANA GÓMEZ
CAMPOS, MARCO ANTONIO
COSSIO BOLAÑOS, SABINA
BARRIOS FERNÁNDEZ.
046 COM 2**

Uno de los principales retos a los que se enfrenta el profesorado en su quehacer docente es cómo abordar su compromiso ético y profesional para contribuir al desarrollo personal y social del alumnado (y por extensión, de la sociedad en general) a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje híbrido que favorezca la formación de ciudadanos críticos, autónomos, reflexivos y responsables, para consigo mismo y para con los demás (Gómez Rijo, 2013).

Este libro se ha escrito con la intención de ofrecer un espacio para la reflexión y la conciencia crítica sobre el modo de pensar y llevar a cabo la Educación Física desde un punto de vista innovador, así como las ideologías, creencias, sentimientos y pensamientos de los agentes implicados. Está dirigido a todas aquellas personas que quieran transformar su praxis docente en las actividades físicas y deportivas, de cara a impulsar el empoderamiento de su alumnado, darles la palabra y preocuparse no solo por las cuestiones técnicas o didácticas, sino, y sobre todo, por asuntos éticos y sociales: la búsqueda de la inclusión, la equidad y otros grandes valores muy deseables como el respeto, la solidaridad, y un largo etcétera.

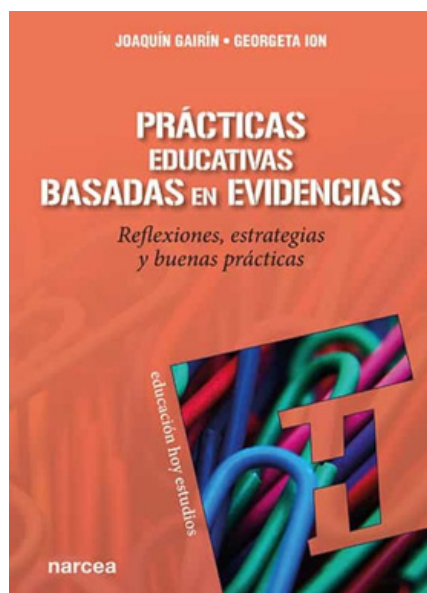


**ENTRE TIBURONES Y
ESPÍRITUS/
240 SAN 2**

El libro se dirige a jóvenes y adultos y explica de forma resumida, pero sin tapujos, los detalles que marcaron la vida de cada personaje. Ahí están Eddie Aikau, Miki Dora, Bruce Brown, Simon Anderson, Kelly Slater, Bethany Hamilton, Layne Beachley, Shane Dorian y muchos otros grandes nombres del pasado y el presente del surf.

Según los autores, el libro "le interesará, como visión distinta y original, a los amantes del surf, pero también a quien se acerque a las olas por primera vez movido por la pasión que despiertan el surf, su historia y sus valores. Este es un libro cuidado, hecho con mucho esmero, interesante en su elección de personajes y con buena dosis de visión creativa y artística".





**PRÁCTICAS EDUCATIVAS
BASADAS EN
EVIDENCIAS/JOAQUÍN GAIRÍN,
GEORGETA ION
040 GAI 1**

Promover e impulsar el cambio y la mejora de la educación es una tarea permanente que no siempre va acompañada del éxito deseado. Y es que son múltiples los factores y circunstancias que influyen, y variadas las alternativas de intervención que dificultan, más que favorecen, una visión común y mantenida sobre el cambio. Se trata de conseguir actuaciones realistas, sistemáticas y progresivas, dirigidas a potenciar la calidad de la educación, a facilitar un contexto que también eduque y permita el desarrollo personal-profesional, y a favorecer el crecimiento de la organización.

La Práctica Educativa Basada en Evidencias (PBE) se puede considerar, en este sentido, como un planteamiento educativo que comparte el profesorado a la hora de diseñar y desarrollar su práctica docente, aportando su experiencia y apoyándola en la reflexión y en una mayor fundamentación de su actividad. Sus planteamientos y desarrollos incluyen estrategias y procedimientos de intervención que se vinculan a la práctica reflexiva y tratan de superarla, al apoyarla con datos de investigación internos o externos, y conseguir una sostenibilidad de las actuaciones educativas más exitosas.

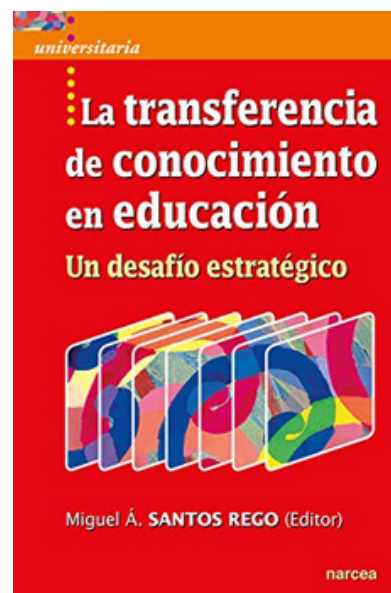
La presente aportación recopila el conocimiento existente en nuestro contexto sobre esta propuesta de mejora basada en fundamentar las prácticas educativas en evidencias. Recoge resultados de investigaciones y aportaciones teóricas internacionales y nacionales, que apoyan las reflexiones que se hacen.



**BIOESTADÍSTICA
AMIGABLE/MIGUEL ÁNGEL
MARTÍNEZ-GONZÁLEZ
012 MAR 3**

Hoy en día, la Bioestadística requiere el uso de ordenadores personales. Este libro está pensado para iniciar al lector especialmente con dos de los programas más sencillos: SPSS para Windows y Microsoft-Excel, pero también se dan pautas para recurrir a STATA, R/Plus o SAS. Esto facilita que el lector pueda recurrir también a estos programas para aplicar la mayoría de los procedimientos que actualmente se usan en Bioestadística.

Cada procedimiento se aplica con un doble enfoque, el de un libro de texto clásico, que describe los fundamentos y los cálculos que habría que hacer a mano, y el de un manual de un paquete informático. Esto permite que se obtenga el mayor rendimiento tanto para entender lo que hace el ordenador como desde el punto de vista práctico, para poder realizar una aproximación ágil y flexible al análisis de datos en la investigación sanitaria.



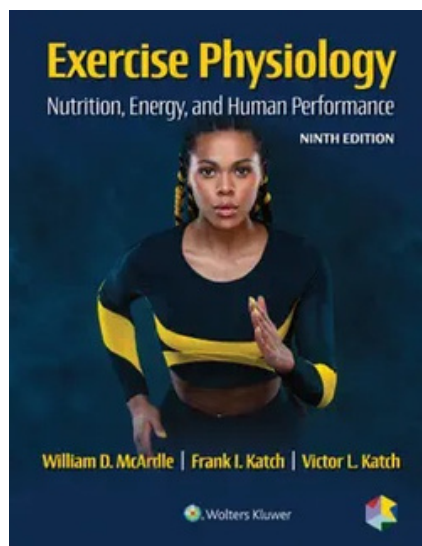
**LA TRANSFERENCIA DE
CONOCIMIENTO EN
EDUCACIÓN. UN DESAFÍO
ESTRATÉGICO/MIGUEL A.
SANTOS REGO
040 SAN 7**

El progreso y bienestar de las sociedades que tenemos por desarrolladas se ha debido, en buena medida, a la sistemática transferencia de conocimiento desde los diversos ámbitos del saber a los sectores productivos, especialmente en la industria, la tecnología y los servicios.

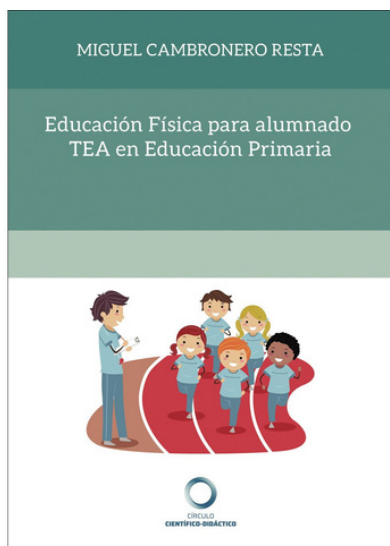
Curiosa y paradójicamente, el campo de las Ciencias de la Educación ha permanecido falto de análisis, cuando no bastante invisible, en tal dinámica histórica, pese a las cadenas de valor social, cultural y económico generadas en procesos de investigación, y también de innovación, dentro y fuera de las aulas, para beneficio cognitivo de personas y oportuna proyección de las comunidades.

Lo que en este libro se pretende no es otra cosa que reivindicar, con razones de peso epistémico y de neto pragmatismo, la necesidad de entender la transferencia de conocimiento en educación como un asunto de acciones, que han de servir a la formación de profesionales capacitados para seguir aprendiendo y resolver problemas reales en sus entornos de vida.





**EXERCISE PHYSIOLOGY/
WILLIAN D. MCARDLE, FRANK
KATCH, VICTOR L KATCH
111 MCA 8**



**EDUCACIÓN FÍSICA PARA
ALUMNADO TEA EN
EDUCACIÓN
PRIMARIA/MIGUEL
CAMBRONERO RESTA
046 CAM 1**

Esta obra trata, en primer lugar, de acercar el concepto de Trastorno de Espectro Autista (TEA) a los lectores. Se trata de un trastorno común en los centros educativos y del que, por desgracia, existe un desconocimiento general importante.

Por ello, a lo largo del presente libro se realiza un marco teórico para conocer las características y peculiaridades de los niños TEA para, posteriormente, proponer una intervención en el área de Educación Física. Dicha asignatura resulta crucial para el desarrollo integral de este tipo de alumnado, ya no solo a nivel motriz, sino también a nivel socioafectivo por el marcado carácter social de la Educación Física.

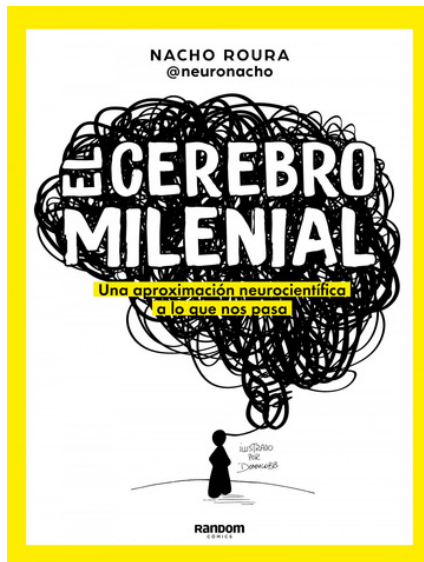


**GAYNTELIGENCIA
EMOCIONAL. MAS
RESILIENTES DE LO QUE
PENSAMOS/GABRIEL J.
MARTÍN
020 MAR 3**

Tanto la "inteligencia emocional" como la "resiliencia" son conceptos controvertidos dentro de la psicología académica pero ampliamente manejados en los libros de autoayuda. Este trabajo, de principio a fin, se plantea el reto de equilibrar el rigor con la utilidad cotidiana. Los hombres gais somos uno de los colectivos que sufrimos mayores exigencias emocionales a lo largo de la vida. Es necesario entrenar muy bien nuestra resiliencia para dejar atrás las marcas del acoso homofóbico y la discriminación.

Pero también necesitamos una buena gestión de nuestras emociones al salir del armario o para dejar atrás la vergüenza que machaca nuestra autoestima. ¿Quién no se ha sentido culpable cada vez que se sale de los caminos marcados por la sexualidad normativa? ¿Quién no vive con ansiedad ante las ITS? ¿Quién no se siente invadido por el dolor cada vez que vuelve al barrio de su infancia? ¿Sabemos manejar el amor o nos tiramos de cabeza en la primera cita... o huimos del compromiso por miedo a que nos hagan daño? ¿Quién no ha sentido que sus emociones y sentimientos lo manejan y no puede





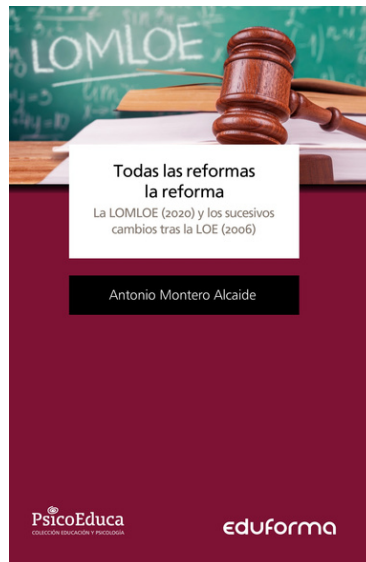
EL CEREBRO MILENIAL/NACHO ROURA
100 ROU 1

Un libro para entender, de una vez por todas y con explicación científica incluida, por que nos pasa lo que nos pasa a los millenials.

"¿Que es el cerebro millenial?", dices mientras clavas tu pupila en mi perfil de Instagram.

Ansiedad, síndrome del impostor, nuevos tipos de amor e identidades, redes sociales... y un montón de cosas son los temas centrales de esta generación marcada por las crisis económicas, la precariedad laboral y los memes virales.

Un retrato social actual para entender por que somos como somos y que define a la generación millenial desde el punto de vista neurológico y científico. Un libro de divulgación accesible y divertido para finalmente descodificar y entender cómo funciona el cerebro millenial.



TODAS LAS REFORMAS/ ANTONIO MONTERO ALCAIDE
070 MON

Las reformas del sistema educativo español, desde el consenso constitucional de 1978, se suceden en el tiempo sin una estabilidad duradera. La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), es la última de las leyes educativas básicas.

En este caso, se establecen cambios generales de una ley previa la Ley Orgánica de Educación (LOE), que fue asimismo modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa (LOMCE).

Estas dos grandes reformas de una ley que continua vigente hacen necesario disponer de recursos que faciliten tanto el estado final de la misma como la evolución que han tenido sus preceptos desde la aprobación inicial. De modo que se procuren distintas utilidades: el análisis comparado y el conocimiento de los artículos y disposiciones en vigor.

