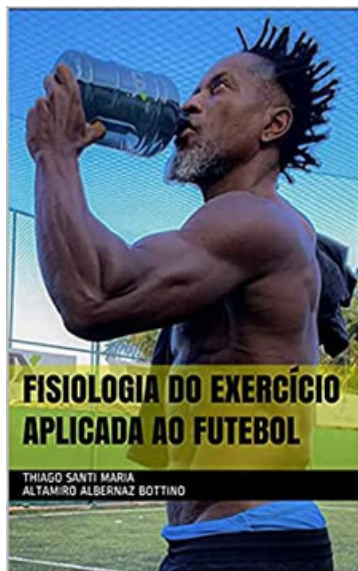


NOVIDADES

DA BIBLIOTECA

SETEMBRO 2022





**FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO
APLICADA AO FUTEBOL.
THIAGO SANTI MARIA E
ALTAMIRO ALBERNAZ
BOTTINO
111 MAR 2**

O livro tem o desafio de embasar a construção de uma argumentação científica e de conteúdo consistente para buscar o convencimento de aceitação e utilização por parte de todos os membros da comissão técnica e da diretoria correspondente. Tudo com uma linguagem que mescla a cientificidade e a compreensão mais facilitada do assunto.

A vontade de absorver cada capítulo deste livro em busca da máxima preparação para as acirradas exigências do mercado do futebol atual, farão com que sua leitura além de prazerosa, seja muito intensa, pois a cada capítulo uma visão bem sintetizada sobre todas essas variáveis atuais será encontrada.

Mais do que degustar e aproveitar o "Fisiologia do Exercício Aplicada ao Futebol", prepare-se e capacite-se: essa é a exigência constante dos dias de hoje.



**COMO SER UN/A EFICAZ
COACH DEPORTIVO. CRISTIAN
MOLLA ESPARZA
021 MOL 1**

Suponer que un entrenador deportivo o una entrenadora deportiva, mantiene una buena relación con su equipo, con otros entrenadores y con otras entrenadoras del club, con directivos y directivas y con la afición, parece ser bastante difícil de conseguir. Pero, aunque usted piense que es utópico, es un objetivo alcanzable si, además de ser un técnico deportivo o una técnica deportiva competente, se disponen, se desarrollan y aprenden habilidades y estrategias tanto personales como profesionales. De hecho, ahora existen técnicas que hacen emerger algunas competencias que tenemos como especie gracias a nuestro cerebro, que se pueden desarrollar para utilizar en el día a día, y llevar a cabo nuestras responsabilidades laborales de manera más eficaz. Nos referimos al coaching orientado a la conducta que varios autores y autoras han demostrado que repercute positivamente en la flexibilidad de los directivos y directivas de grupos o empresas (Jones et al., 2006; Raudsepp, 1990). El coaching como estrategia formativa supone, aproximadamente, un 30% de teoría y un 70% de práctica, a partir de los conocimientos adquiridos. Así pues, como cualquier conducta que contempla las relaciones interpersonales, el coaching vinculado al ámbito deportivo se puede aprender y aplicar tanto en el trabajo como en nuestra vida personal.



**INICIACIÓN AL PÁDEL A
TRAVÉS DEL JUEGO. JAVIER
BUENO ANTEQUERA
D062 BUE 1**

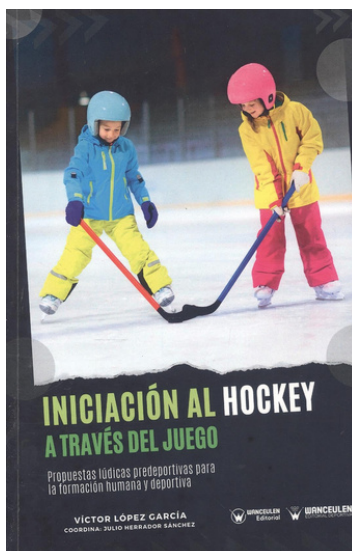
Se debe adecuar el deporte a un nuevo marco social posmoderno, donde los jóvenes han encontrado otras maneras más satisfactorias de cubrir su tiempo de ocio, siendo presa fácil para caer en cómodos hábitos más sedentarios y poco educativos (cibermódnos). Por ello, debemos favorecer una práctica deportiva que se adapte a la época actual, que favorezca la tolerancia multicultural y la atención a la diversidad, donde la competición no sea un fin sino un medio educativo, con adaptación de los deportes tradicionales (reglas, espacios,) en busca de formas más recreativas, lúdicas y participativas, promocionando actitudes humanizadoras y valorando más las relaciones sociales que el rendimiento.





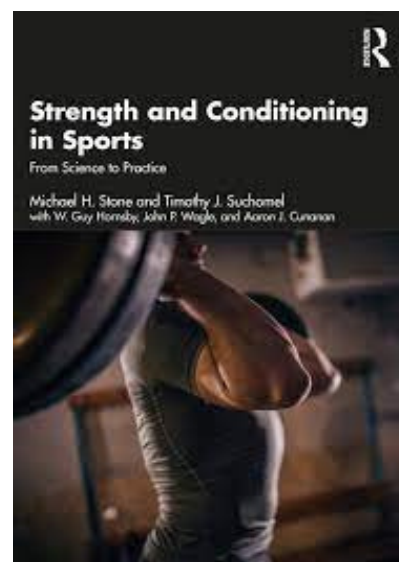
**INICIACIÓN AL JUDO A
TRAVÉS DEL JUEGO. ALBERTO
MARTÍN BARRERO
D070 MAR 2**

Se debe adecuar el deporte a un nuevo marco social posmoderno, donde los jóvenes han encontrado otras maneras más satisfactorias de cubrir su tiempo de ocio, siendo presa fácil para caer en cómodos hábitos más sedentarios y poco educativos (cibermodernos). Por ello, debemos favorecer una práctica deportiva que se adapte a la época actual, que favorezca la tolerancia multicultural y la atención a la diversidad, donde la competición no sea un fin sino un medio educativo, con adaptación de los deportes tradicionales (reglas, espacios,) en busca de formas más recreativas, lúdicas y participativas, promocionando actitudes humanizadoras y valorando más las relaciones sociales que el rendimiento.



**INICIACIÓN AL HOCKEY A
TRAVÉS DEL JUEGO. VÍCTOR
LÓPEZ GARCÍA
D181 LOP 1**

Se debe adecuar el deporte a un nuevo marco social posmoderno, donde los jóvenes han encontrado otras maneras más satisfactorias de cubrir su tiempo de ocio, siendo presa fácil para caer en cómodos hábitos más sedentarios y poco educativos (cibermodernos). Por ello, debemos favorecer una práctica deportiva que se adapte a la época actual, que favorezca la tolerancia multicultural y la atención a la diversidad, donde la competición no sea un fin sino un medio educativo, con adaptación de los deportes tradicionales (reglas, espacios,) en busca de formas más recreativas, lúdicas y participativas, promocionando actitudes humanizadoras y valorando más las relaciones sociales que el rendimiento.



**STRENGTH AND
CONDITIONING IN SPORTS.
MICHAEL H. STONE AND
TIMOTHY J. SUCHOMEL
220 STO 3**

A good sport scientist and coach must understand both the underlying mechanisms and the practical application of training principles. Strength and Conditioning in Sports: From Science to Practice is unique in that it covers both of these areas in a comprehensive manner. This textbook "connects" the mechanism with practical application.

Selecting the appropriate training process is paramount to success in competitive sport. A major component of this textbook is the detailed explanations of developing that process from creating an annual plan, selection of the appropriate periodization model and how to program that model.

In application, connecting physiology to performance can be enhanced by using appropriate athlete monitoring techniques. Although there can be overlap, monitoring can be divided into two components: fatigue management and program efficacy. One of the features of this text is the in-depth description of how the monitoring process should take place and how monitoring data can be used in program application.





**SWIMMING SCIENCE :
OPTIMUM PERFORMANCE IN
THE WATER. EDITED BY G.
JOHN MULLEN
D010 SWI 1**

Just one hundredth of a second separates elite swimmers from the podium, but what are the physical forces at work behind these tiny margins, and how can an understanding of them be used to improve your own technique in the pool?

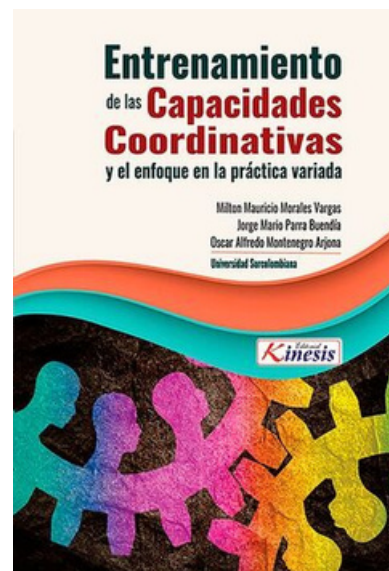
Swimming Science investigates, with each chapter focussing on a different area. From swimming technology, physiology, and psychology to hydrodynamics, the key principles of swimming science are addressed, with the content organised around a series of questions. What creates the drag in the water? How have swim suits evolved? Which muscles generate propulsion? How much force do elite swimmers use? Each question is investigated using up-to-date science and explanatory info-graphics.



**¿QUÉ ES LA INTELIGENCIA?
DEL CI A LAS INTELIGENCIAS
MÚLTIPLES. ADRIÁN TRIGLIA
100 TRI 1**

Pocas facultades se revelan tan decisivas a la hora de marcar el devenir de nuestra vida como la inteligencia. Sin embargo, esta continúa siendo una entidad tan esquiva para los estudiosos que aún, a día de hoy, reúne en torno a los intentos de definición las más enconadas discusiones.

En el presente libro trataremos de comprender justamente de qué hablamos cuando hablamos de inteligencia, qué significa ser inteligente y qué aplicaciones prácticas tiene esta facultad, pero también abordaremos cuál es el ámbito de discusión actual, para entender qué ha podido establecerse científicamente sobre la inteligencia y qué frentes quedan aún abiertos para la investigación futura. Con este objetivo, analizaremos las principales teorías sobre este conjunto de capacidades mentales, así como sus evidencias empíricas.

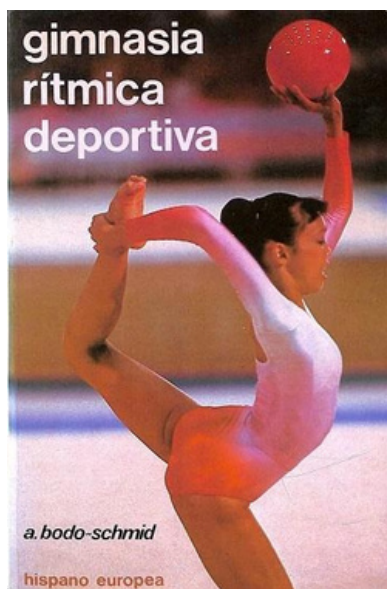


**ENTRENAMIENTO DE LAS
CAPACIDADES
COORDINATIVAS Y EL
ENFOQUE EN LA PRÁCTICA
VARIADA. MILTON MAURICIO
MORALES VARGAS
D161 MOR 2**

Propuesta con el implemto deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

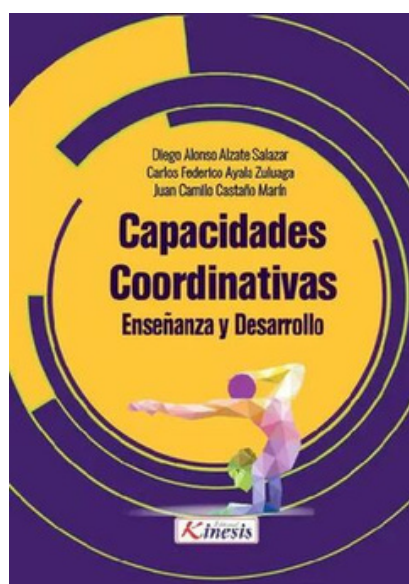




**GIMNASIA RÍTMICA
DEPORTIVA. ANDREA BODO-
SCHMID
D230 BOD 1**

Esta modalidad deportiva permite ejercitar todo el cuerpo, desarrollar gracia y belleza en los movimientos, creatividad y expresión personal. enseña a apreciar una forma artística del movimiento del cuerpo y proporciona placer y satisfacción estética.

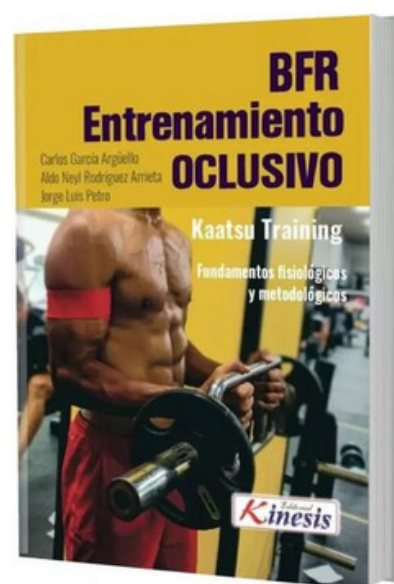
La participación, cada vez más numerosa y destacada, de nuestras gimnastas en todas las competiciones - ya sean locales, nacionales, o internacionales- ha influido en el interés que entre las muchachas en edad escolar está despertando esta bella modalidad gimnástica; ello influye, asimismo, en que vaya en aumento el número de escuelas de gimnasia rítmica en la mayoría de ciudades españolas, con lo que se abren nuevas posibilidades para el futuro.



**CAPACIDADES
COORDINATIVAS. ENSEÑANZA
Y DESARROLLO. DIEGO
ALONSO ALZATE
191 ALZ 1**

En este libro, los autores nos presentan las fases sensibles o períodos sensitivos que constituyen etapas y momentos de maduración que favorecen la adquisición de conductas o modelos del comportamiento motriz, en este caso, la asimilación de las capacidades coordinativas. A partir de la propuesta de Balyi y Halmilton (2004), los autores nos presentan una estructura para el trabajo de las capacidades coordinativas, donde destacan las fases fundamentales, las edades y los diversos tipos de motricidad en cada una de ellas, recomendando el desarrollo de aprendizaje motor multivariado, multifacético y multideportivo.

Se destaca el abordaje dado al significado e impacto de las capacidades coordinativas en la salud, donde interactuando con las capacidades condicionales propenden por el mejoramiento y funcionamiento de los órganos y sistemas contribuyendo a la promoción de la salud, y es desde una orientación consciente como se forman los hábitos de vida saludables.



**BFR. ENTRENAMIENTO
OCLUSIVO. O KAATSU
TRAINING: CARLOS EDUARDO
GARCÍA ARGÜELLO
220 GAR 6**

Propuesta con el implemento deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

CONTENIDO

PRIMERA PARTE. Fundamentos teóricos para el desarrollo de las habilidades motrices y su relación con las capacidades coordinativas

1. Adquisición de habilidades
2. Control y producción de habilidades
3. Teorías de la adquisición de habilidades

4. La práctica de habilidades

SEGUNDA PARTE. Fundamentos metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas

5. Las capacidades coordinativas
6. Propuestas de entrenamiento de las capacidades coordinativas
7. Evaluación de las capacidades coordinativas





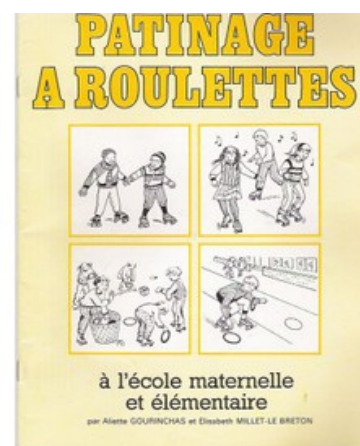
**JUEGOS APLICADOS A LA
ENSEÑANZA DEL PATINAJE EN
LÍNEA. VÍCTOR JESÚS
MORENO ALCARAZ
D220 MOR 2**

El patinaje en línea ha experimentado un gran auge en los últimos años siendo cada vez mayor el número de patinadores y patinadoras de todas las edades (tanto niños y niñas, como adultos), que se inician en esta práctica. Como consecuencia de este "reciente" auge, cada vez son más las escuelas de patinaje que abren sus puertas para atender la demanda creciente de estos patinadores, tanto de forma privada como es el caso de clubes deportivos y asociaciones, como en colegios con la incorporación del patinaje a las actividades extraescolares. Además de la creación de escuelas de patinaje, cada vez son más los maestros y profesores de Educación Física que están incluyendo en sus programaciones unidades didácticas y actividades de patinaje como medio para el desarrollo del currículo en las diferentes etapas y niveles educativos.



**EDUCACIÓN FÍSICA
INCLUSIVA. GUÍA PARA
DOCENTES. JUAN CASTILLO
QUINTERO
046 CAS 1**

En el marco del proceso de modernización de los Sistemas Educativos, los Educadores aceptamos los retos para implementar las políticas educativas en materia de inclusión, con sus objetivos y estrategias que permitan desarrollar a largo plazo los planes sustentados bajo los principios de la Educación para Todos en el contexto de los derechos humanos promovidos por los organismos internacionales. Actualmente los Sistemas Educativos tienen el desafío de proporcionar una educación de calidad que responda a las demandas del desarrollo económico internacional, a través del desarrollo eficiente del recurso humano capaz de transformar su entorno social.



**PATINAGE A ROULETTES. À
L'ÉCOLE MATERNELLE ET
ÉLÉMENTAIRE/ PAR ALIETTE.
GOURINCHAS, E. MILLET- LE
BRETON
D220 GOU 1**

Propuesta con el implemento deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

CONTENIDO

PRIMERA PARTE. Fundamentos teóricos para el desarrollo de las habilidades motrices y su relación con las capacidades coordinativas

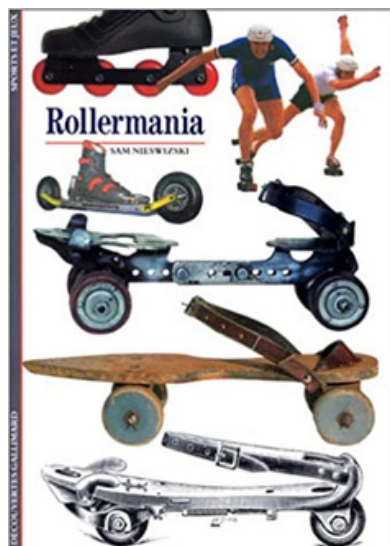
1. Adquisición de habilidades
2. Control y producción de habilidades
3. Teorías de la adquisición de habilidades

4. La práctica de habilidades

SEGUNDA PARTE. Fundamentos metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas

5. Las capacidades coordinativas
6. Propuestas de entrenamiento de las capacidades coordinativas
7. Evaluación de las capacidades coordinativas





ROLLERMANÍA. SAM NIESWIZSKI,

D220 NIE 1

Sam Nieswizski est notre grand-père à tous. Son ouvrage est une référence incontournable pour ses recherches historiques très complètes tant au point de vue de l'évolution technologique que sociale du patin. Il couvre la période allant des origines du roller dans le courant du 18ème siècle au début des années 90. Ce livre est riche de nombreuses illustrations et anecdotes qui intéresseront tous les publics, des chercheurs aux profanes. A lire absolument...



TÉCNICAS DE SUPERVIVENCIA Y BUSHCRAFT. PABLO FERNÁNDEZ CALAVIA
250 FER 2

Actualmente, el ciudadano medio ha adoptado un estilo de vida en el que pasar un día entero en la naturaleza resulta algo excepcional o novedoso. No estamos acostumbrados a valernos en el medio natural si no es de forma muy controlada y con gran ayuda de material moderno: ese entorno salvaje, que en su día fue nuestro hábitat natural, se nos presenta hoy como un escenario hostil y casi desconocido. Aun con ello, somos muchos quienes escuchamos una voz interior que nos llama hacia allí. Nos vemos atraídos de forma inconsciente por las técnicas y modos de vida propios de la gente que vivía de una manera más cercana a la naturaleza. Necesitamos sentir que somos capaces de desenvolvernó en el medio salvaje. Buscamos experimentar y saber que podemos valernos por nosotros mismos, que no dependemos de nada más que de nuestros conocimientos y habilidades para ello.



INICIAÇÃO À PATINAGEM. PATINS DE RODAS PARALELAS E EM LINHA/
PAULO JOSÉ BATISTA
D220 BAT 1

Propuesta con el implemento deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

CONTENIDO

PRIMERA PARTE. Fundamentos teóricos para el desarrollo de las habilidades motrices y su relación con las capacidades coordinativas

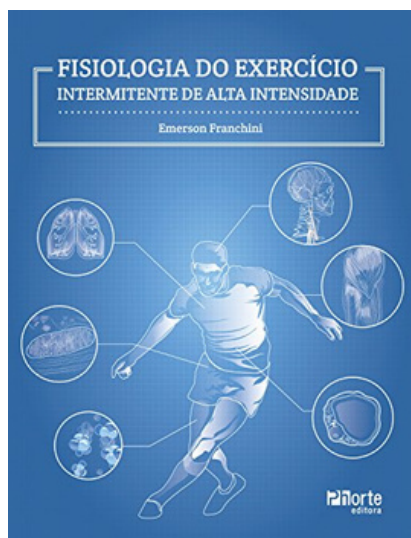
1. Adquisición de habilidades
2. Control y producción de habilidades
3. Teorías de la adquisición de habilidades

4. La práctica de habilidades

SEGUNDA PARTE. Fundamentos metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas

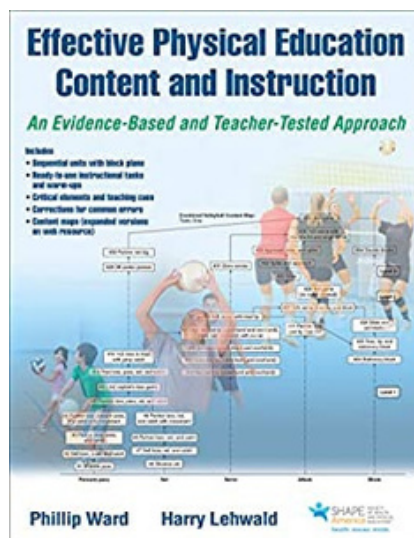
5. Las capacidades coordinativas
6. Propuestas de entrenamiento de las capacidades coordinativas
7. Evaluación de las capacidades coordinativas





**FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO.
INTERMITENTE DE ALTA
INTENSIDADE. EMERSON
FRANCHINI
111 FIS 2**

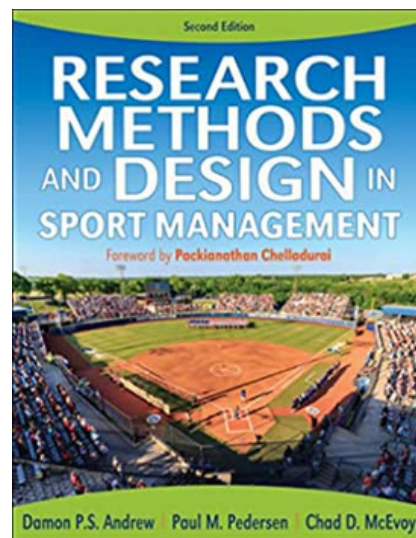
Este livro apresenta os conceitos básicos acerca do exercício intermitente de alta intensidade e suas possíveis aplicações no esporte e na saúde, como emagrecimento, reabilitação e alto rendimento etc., e também para diferentes públicos, sintetizando os achados das principais pesquisas sobre esse tipo de exercício



**EFFECTIVE PHYSICAL
EDUCATION CONTENT AND
INSTRUCTION. PHILLIP WARD
041 WAR 2**

As a physical educator (or student preparing to become one), you need to know more than the skills, techniques, and tactics of the sports and activities you teach. You need to understand, among other things, how to create task progressions, how to organize and adapt those tasks, and how to detect and correct student errors. Effective Physical Education Content and Instruction will help you learn how to do just that.

The approach and content in Effective Physical Education Content and Instruction have been proven to increase student learning as compared to other approaches. In fact, in one of the largest-ever intervention studies on teaching effectiveness in physical education, teachers who were taught to use this approach and content significantly improved the quality of their teaching and produced some of the highest learning gains for students reported in the physical education literature.



**RESEARCH METHODS AND
DESIGN IN SPORT
MANAGEMENT. DAMON P. S.
ANDREW
060 AND 1**

Propuesta con el implemento deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

CONTENIDO

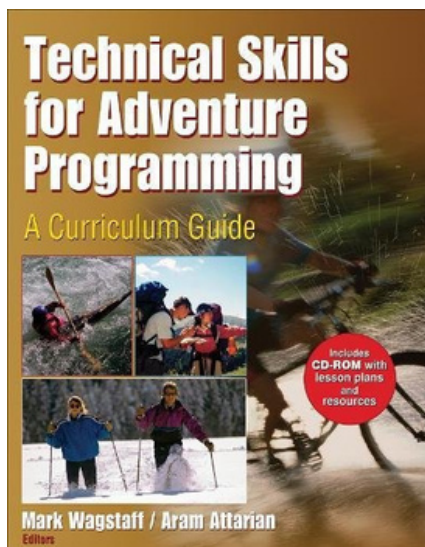
PRIMERA PARTE. Fundamentos teóricos para el desarrollo de las habilidades motrices y su relación con las capacidades coordinativas

1. Adquisición de habilidades
2. Control y producción de habilidades
3. Teorías de la adquisición de habilidades
4. La práctica de habilidades

SEGUNDA PARTE. Fundamentos metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas

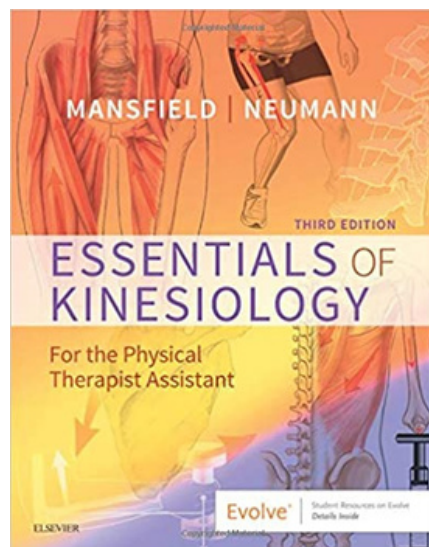
5. Las capacidades coordinativas
6. Propuestas de entrenamiento de las capacidades coordinativas
7. Evaluación de las capacidades coordinativas





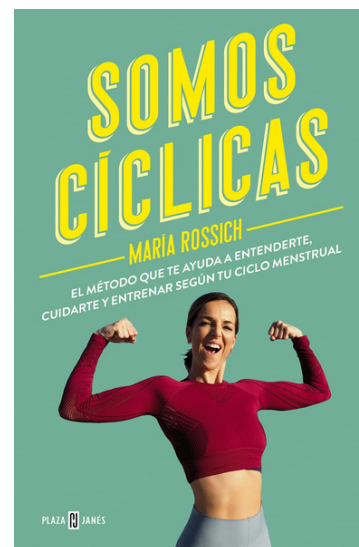
**TECHNICAL SKILLS FOR
ADVENTURE PROGRAMMING.
A CURRICULUM GUIDE. MARK
WAGSTAFF,
047 TEC 1**

Curriculum guide for recreation and physical education students preparing to teach outdoor and adventure skills. Also for outdoor recreation and adventure instructors and for secondary school physical education teachers who want to teach outdoor activities.



**ESSENTIALS OF KINESIOLOGY.
FOR THE PHYSICAL THERAPIST
ASSISTANT. PAUL JACKSON
MANSFIELD
090 MAN 2**

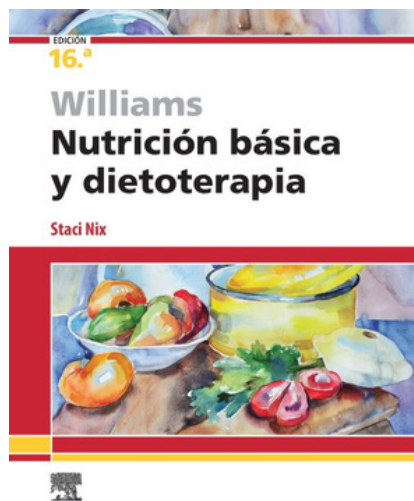
Get a solid foundation in the language of movement! Essentials of Kinesiology for the Physical Therapist Assistant 3rd Edition builds on previous editions by delivering a rich and varied learning experience that is needed to succeed in today's fast-paced PTA education programs. Clear, concise explanations of anatomy and function, full-color illustrations and unique atlas-style chapters make even the most complex concepts easy to master. In addition, a robust lineup of on- and off-line resources, featuring a companion Evolve website, give students the tools they need to succeed in both the classroom and the clinical setting! The approach and content in Effective Physical Education Content and Instruction have been proven to increase student learning as compared to other approaches. In fact, in one of the largest-ever intervention studies on teaching effectiveness in physical education, teachers who were taught to use this approach and content significantly improved the quality of their teaching and produced some of the highest learning gains for students reported in the physical education literature.



**SOMOS CÍCLICAS : EL MÉTODO
QUE TE AYUDA A
ENTENDERTE, CUIDARTE Y
ENTRENAR SEGÚN TU CICLO
MENSTRUAL/ MARÍA ROSSICH
171 ROS 1**

Ha llegado el momento de que las mujeres rescatemos nuestra parte más intuitiva y conectemos con nuestra verdadera naturaleza. Se acabaron los planes de entrenamiento lineales basados en el funcionamiento metabólico masculino. Por fin el entrenamiento se ajusta a las condiciones de rendimiento variables de la mujer: un plan de entrenamiento adaptado a cada una de las cinco caras de la mujer a lo largo de su mes. Somos cíclicas apuesta por el conocimiento más profundo del cuerpo para aprovechar nuestras herramientas, mejorar nuestro funcionamiento y lograr la armonía del cuerpo y la mente. La actividad física se ha de convertir en una compañera de vida. Moverse ayuda y empodera.





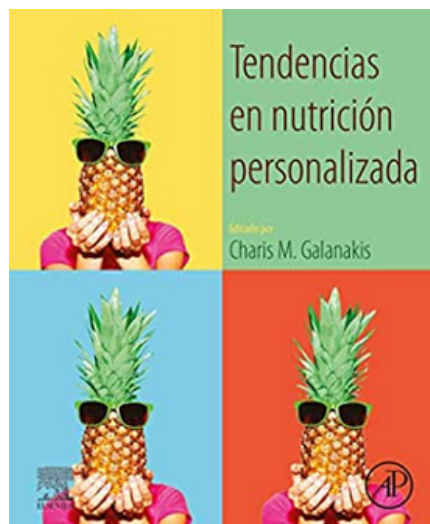
**WILLIAMS. NUTRICIÓN BÁSICA
Y DIETOTERAPIA. STACI NIX
161 NIX 1**

Obra que refleja el carácter evolutivo de la ciencia de la nutrición y de sus directrices basadas en la evidencia. Con un contenido actualizado que sigue las líneas marcadas por la más reciente bibliografía especializada, su objetivo es presentar los principios científicos fundacionales de la nutrición y de sus aplicaciones, orientadas a la atención centrada en la persona.

La actualización de los contenidos recoge las mejores prácticas actuales y las directrices basadas en la evidencia más recientes y la iconografía ayuda a comprender los conceptos y la práctica clínica.

Incluye diferentes ayudas al aprendizaje como las aperturas de capítulo que centran al estudiante en el objeto de estudio, los cuadros especiales que optimizan la interpretación de los conceptos, los casos clínicos o las guías de dietoterapia, las definiciones de términos clave a lo largo de los capítulos y en un glosario, al final del libro; resúmenes en formato de lista para el repaso, preguntas de opción múltiple y referencias bibliográficas.

Dirigido a los estudiantes de los diferentes programas de estudios de Enfermería, y a los técnicos en dietética, también será de utilidad en los programas de otros estudios sanitarios.



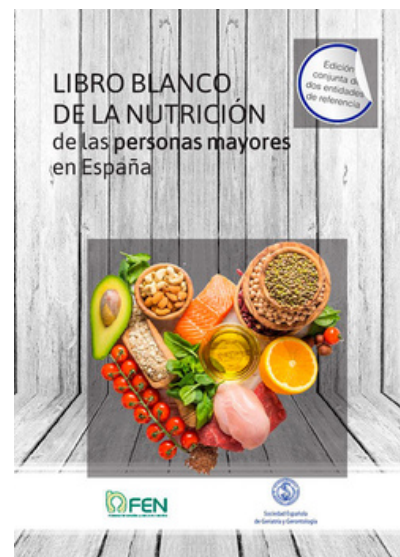
**TENDENCIAS EN NUTRICIÓN
PERSONALIZADA. CHARIS M.
GALANAKIS
161 TEN 1**

Este libro llena el vacío existente en la literatura actual al proporcionar información específica de nutrición personalizada, que cubre tanto características como aplicaciones potenciales.

Analiza el futuro de la nutrición personalizada mediante las estrategias propuestas por los dietistas según las características específicas del receptor. Además, aborda sistemas de recomendación expertos y personalizados para una nutrición optimizada teniendo en cuenta la correlación entre nutrientes y genes, y la categorización de datos de productos alimenticios.

Se dirige a una audiencia científica y cubre todos los temas de relevancia en nutrición personalizada. Nutricionistas, científicos y químicos de alimentos, desarrolladores de nuevos productos, académicos, investigadores y médicos del campo de la nutrición se beneficiarán de la lectura de estas páginas.

La nutrigenética, la predicción de la respuesta glucémica, la metabolómica y el papel de las bacterias se tratan ampliamente, y también se examinan aspectos como la dieta, la obesidad y la nutrición personalizada para mujeres, bebés y niños, así como el papel de la tecnología moderna (p. ej., dispositivos portátiles personales e inteligencia artificial) en la promoción de una nutrición personalizada.



**LIBRO BLANCO DE LA
NUTRICIÓN DE LAS PERSONAS
MAYORES EN ESPAÑA. JOSÉ
AUGUSTO GARCÍA NAVARRO
161 GAR 4**

Propuesta con el implemento deportivo M3 para el fútbol y otros deportes.

Esta obra se ha elaborado con una finalidad pedagógica orientada al proceso de enseñanza, desarrollo y evaluación de las capacidades coordinativas en el ser humano, en cualquier etapa de desarrollo o de formación deportiva.

CONTENIDO

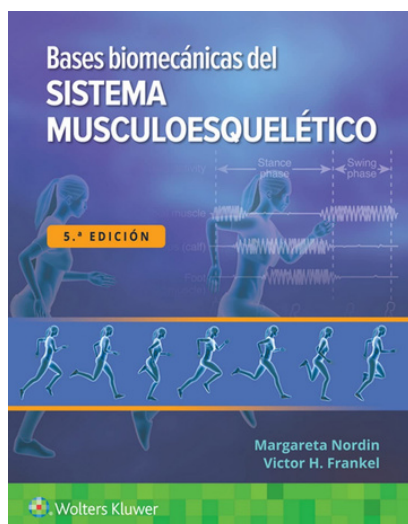
PRIMERA PARTE. Fundamentos teóricos para el desarrollo de las habilidades motrices y su relación con las capacidades coordinativas

1. Adquisición de habilidades
2. Control y producción de habilidades
3. Teorías de la adquisición de habilidades
4. La práctica de habilidades

SEGUNDA PARTE. Fundamentos metodológicos para el desarrollo de las capacidades coordinativas

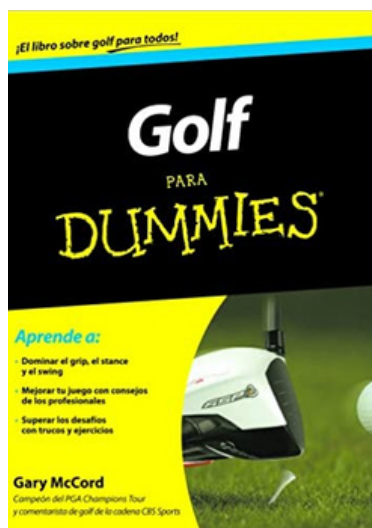
5. Las capacidades coordinativas
6. Propuestas de entrenamiento de las capacidades coordinativas
7. Evaluación de las capacidades coordinativas





**BASES BIOMECÁNICAS DEL
SISTEMA
MUSCULOESQUELÉTICO.
MARGARETA NORDIN
200 NOR 6**

Con un enfoque clínico, claramente escrito y acompañado de cientos de ilustraciones, Bases biomecánicas del sistema musculoesquelético brinda a los estudiantes conocimiento práctico sobre la relación fuerza-movimiento en el sistema musculoesquelético y el uso de los principios biomecánicos en la evaluación y el tratamiento de la disfunción musculoesquelética en entornos clínicos. Esta 5.ª edición comienza con una introducción a la terminología de la biomecánica y continúa con sus conceptos básicos, proporcionando perspectivas centradas en la biomecánica de los tejidos y las estructuras, la de las articulaciones y la aplicada. También contiene estudios de casos para integrar los conocimientos biomecánicos en la formación clínica para la atención al paciente. La obra está dividida en tres secciones. La primera, "biomecánica de los tejidos y estructuras del sistema musculoesquelético", cubre la mecánica básica del hueso, el cartilago articular, los tendones y ligamentos, los nervios periféricos y el músculo esquelético. La segunda sección abarca la mecánica de las articulaciones y presenta los principales sistemas articulares del cuerpo humano. Por último, la tercera sección cubre algunos temas importantes sobre biomecánica aplicada e incluye cuatro capítulos sobre fijación de fracturas, artroplastia, marcha y posturas autóctonas.



**GOLF PARA DUMMIES.
GARY MCCORD
D120 MCC 1B**

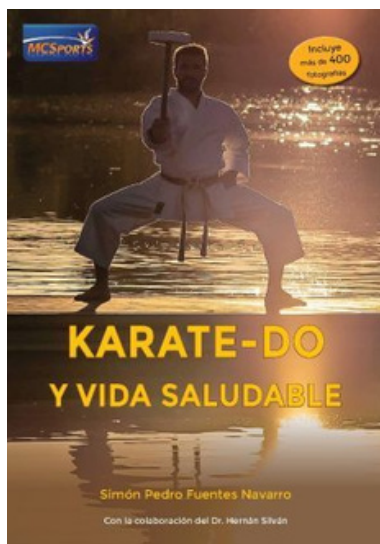
El golfista profesional Gary McCord repasa en estas páginas los conceptos básicos de este deporte y te muestra, paso a paso, las técnicas específicas y los aspectos mentales que hay que controlar para lanzar la pelota más lejos y con mejor puntería, reducir el número de golpes y sacar lo mejor de ti mismo en cada partida. No lo dudes, este libro te convertirá en un golfista de verdad.



**INICIACIÓN AL FÚTBOL
A TRAVÉS DEL JUEGO.
FRANCISCO IGNACIO
MARTÍNEZ CABRERA.
D162 MAR 7**

Se debe adecuar el deporte a un nuevo marco social posmoderno, donde los jóvenes han encontrado otras maneras más satisfactorias de cubrir su tiempo de ocio, siendo presa fácil para caer en cómodos hábitos más sedentarios y poco educativos (cibermóviles). Por ello, debemos favorecer una práctica deportiva que se adapte a la época actual, que favorezca la tolerancia multicultural y la atención a la diversidad, donde la competición no sea un fin sino un medio educativo, con adaptación de los deportes tradicionales (reglas, espacios) en busca de formas más recreativas, lúdicas y participativas, promocionando actitudes humanizadoras y valorando más las relaciones sociales que el rendimiento.

El profesor de EF, a veces de forma inconsciente, ejerce una trascendente función como agente socializador para despertar dichos hábitos, haciendo o no atractiva esta asignatura, ya que aquellos adolescentes atraídos hacia la actividad física son los que en su mayoría han percibido las clases de EF como una experiencia positiva. En función de la percepción que el alumno tenga de su experiencia en clase (atractiva, aversiva o neutra), se puede predecir con bastante certeza su actitud futura hacia la práctica o no de actividad física en su tiempo libre.



KARATE-DO Y VIDA SALUDABLE. SIMÓN PEDRO FUENTES NAVARRO.

D071 FUE 2

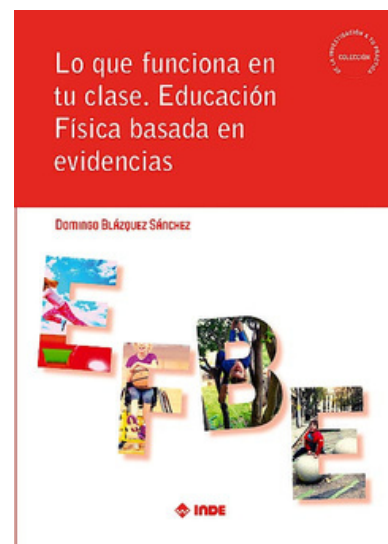
La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. Para llevar a cabo esta idea, es fundamental tener un estilo de vida saludable, incluyendo en nuestro día a día una serie de hábitos muy sencillos. Entre estos hábitos cabe destacar la importancia de realizar ejercicio físico acorde con las características personales de cada individuo. La presente obra demuestra cómo la práctica de Karate-Do es un claro ejemplo de hábito saludable, que contribuye junto con otros hábitos a conseguir el deseado estado de bienestar que la OMS persigue. En el primer capítulo, se comentan los hábitos saludables más aconsejables para disfrutar de un estilo de vida pleno, y cómo incluirlos en nuestro día a día sin grandes dificultades. Se hace referencia a los habitantes de la isla de Okinawa, famosos por su longevidad y excelente estado de salud. Destacan entre sus costumbres más habituales la práctica de Karate-Do, lo que repercute positivamente en su salud física, mental y espiritual.



LAS BASES DEL ENTRENAMIENTO DE RESISTENCIA. NIÑOS Y ADOLESCENTES. MARIANO GARCÍA-VERDUGO DELMAS.

221 GAR 4

Este libro se plantea de una manera sencilla con el objetivo de hacerlo asequible a todas aquellas personas que se inician en el estudio y el entrenamiento de resistencia, con un enfoque especial en las edades de iniciación. Puede considerarse un manual básico que, pese a estar fundamentado en conocimientos científicos, se ha tratado de simplificar para acercar estos a aquellas personas que comienzan a interesarse por el estudio y el entrenamiento, sobre todo cuando se refiere a edades escolares (infantiles, preadolescentes y adolescentes). Aunque se abordan todos los aspectos que contempla el entrenamiento de resistencia, se ha tenido presente que esta cualidad interacciona y es influenciada por otras capacidades tales como la fuerza, la velocidad, la flexibilidad, las cualidades coordinativas, etc. Por ello, también son contempladas desde el prisma de esa interacción y su evolución. Igualmente se ocupa de los métodos de entrenamiento con objetivos de resistencia y su influencia en las zonas o áreas funcionales, lo que implica los efectos que pueden producir.



LO QUE FUNCIONA EN TU CLASE. EDUCACIÓN FÍSICA BASADA EN EVIDENCIAS. DOMINGO BLÁZQUEZ SÁNCHEZ.

041 BLA 13

En Lo que funciona en tu clase se ofrecen tanto las nociones básicas sobre las que se sustenta este enfoque como las rutinas a seguir para su aplicación didáctica. Se aportan recomendaciones útiles para, apoyándose en evidencias científicas, afrontar el reto de la innovación con la rigurosidad que exige una Educación Física de calidad.



**MANUAL DE INICIACIÓN
AL SENDERISMO. JUANJO
ALONSO.**

251 ALO 1

Este nuevo Manual de iniciación al senderismo es una recopilación de consejos, recomendaciones y puntos de vista del autor, basados en su experiencia personal y criterios actuales sobre el senderismo moderno, para facilitar el acercamiento de todos los que deseen introducirse en el apasionante mundo de los senderos, en solitario, con amigos o en familia. Y tal vez, también puede ser un punto de partida para futuros montañeros y alpinistas que quieran alcanzar después grandes cumbres.



**TEORÍAS DEL CONTROL
Y APRENDIZAJE MOTOR.
NOEL FERNANDO MEJÍA
MEJÍA.**

191 MEJ 1

sin lugar a duda, el movimiento es uno de los factores que definen y determinan la evolución de la condición humana. Tal cualidad no solo permite cubrir las necesidades básicas para la supervivencia (alimentación, refugio, reproducción, ocio, defensa), sino que potencia el desarrollo de las capacidades intelectuales y emocionales de la especie humana.

Estos dos aspectos (intelecto y emoción), hacen más que justificable el estudio del movimiento humano. En ese sentido, la aplicación potencial, como lo explican Schmidt y Lee (1999), de dicho estudio se extiende a áreas como el deporte, la terapia física, la industria, el arte y aun el mismo lenguaje.

El hecho de desempeñar distintas tareas en las mencionadas áreas, implica un reto complejo para el cuerpo humano. Sin embargo, el ser humano es capaz de controlar y aprender una amplia gama, en volumen y complejidad, de movimientos. Todo ello a pesar de las características particulares del sistema neuromuscular, como son: la redundancia de las activaciones musculares, la no linealidad de la generación de fuerzas, y la muy escasa reproductibilidad de las acciones. Estas características, en principio limitantes, son en realidad salidas ingeniosas del sistema neuromuscular para la solución de situaciones complejas.