

NOVEDADES EDITORIALES

[novedades.pdf](#)

Si es usted **editor** o **autor** y quiere que difundamos sus publicaciones, envíenos un ejemplar para que aparezcan en esta sección.

TÁNDEM Núm.045 - Abril, Mayo, Junio 2014 Monografía Actividades en el medio natural



- Actividades físicas en el medio natural
M.^a Elena García

- Actividades en el medio natural, aula y formación del profesorado
Antonio Granero, Antonio Baena

- La formación universitaria en actividades físico-deportivas en el medio natural: Situación actual y perspectivas de futuro
Jesús Sáez Padilla, Julio Fuentesal García

- Mi centro, mi montaña
José Antonio Sánchez

- El impacto de la

orientación en la naturaleza

Benito Zurita Ortiz, Carmen Martínez Villanueva

- Motivación, ansiedad y autoconcepto en un programa de turismo activo
Julio Fuentesal García, Jesús Sáez Padilla

- Las vías verdes, una oportunidad para los contenidos del bloque de las actividades físicas en el medio natural en educación física
Pablo Luque Valle
- El desarrollo positivo y las actividades físicas en el medio natural
Pablo Caballero
- La enseñanza de las prácticas corporales de aventura en la educación física escolar: Experiencias en Brasil
Humberto Luís De deus Inácio

Investigación y debate

- Relaciones entre alumnado inmigrante y autóctono en un contexto deportivo y escolar
Noemí García-Arjona, Rodrigo Pardo García, Juan Carlos Checa Olmos, Angeles Arjona Garrido

Experiencias

- El juego del marro: Análisis de la lógica interna y posibilidades educativas
Xavier Torrebadella Flix, Jordi Brasó Rius

Ideas prácticas

- ¿Usamos el móvil en EF? ¡Nos vamos de senderismo!
Santiago Querol Carceller

Cine y deporte

- ¡Gool!
Carme Oro i Casanovas

Libros y deporte

- El trébol de cuatro hojas: .
Manuel Villard Aijón

REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES Número 406, año LXVI, 3er trimestre, 2014, (nº 4, VI Época)



SUMARIO

EDITORIAL

Evolución del deporte para todos en España/ *Evolution of sport for everybody in Spain*

Blanco Pereira, E.

ARTÍCULOS ORIGINALES

Valoración y relación de las características antropométricas y la condición física en árbitros de fútbol / *Assessment and relation of anthropometric*

characteristics and physical fitness in soccer referees

Yanci Irigoyen, J., Reina Vaíllo, R., Granados Dominguez, C., Salinero Martín, J. J. y Los Arcos Larumbe, A.

Análisis de la historia del campeonato uruguayo de fútbol / *Analysis of the uruguayan football league history*

Blanco Pereyra, R. E., Jones Grinberg, W. W. y Curione Bulla, K.

MISCELÁNEA

Revisión

El baloncesto desde la perspectiva de los sistemas complejos no-lineales / *Basketball from the perspective of non-linear complex systems*

De Saa Guerra, Y., Martín-González, J.M. y García Manso, J.M.

Estudios/Documentos

Los apóstoles de la educación física. Trece semblanzas profesionales en la educación física española contemporánea / *The physical education apostles. Thirteen professional resemblances in the contemporary Spanish physical education*

Torreadella Flix, X.

Recensión

Recensión del Libro: *El bolo palma: de Trasmiera a Vizcaya*

Rodríguez Fernández, J. E.

Tesis doctoral

Dificultades del profesorado de educación física con los contenidos de expresión corporal en secundaria / *The difficulties of teaching movement and expression in p.e. in secondary schools*
Archilla Prat, M.T.

EXPERIENCIA PRÁCTICA

Propuesta de innovación educativa para el futuro profesorado de educación física a través de una blogosfera / *Proposal for educational innovation for future physical education teachers through a blogosphere*
Usabiaga-Arruabarrena, O., Martos-Garcia, D. y Valencia-Peris, A.

Estrategias para la inclusión de personas con discapacidad auditiva en educación física / *Strategies for inclusion of persons with hearing impairment in physical education*
Soto-Rey, J. y Pérez-Tejero, J.

CROSSFIT® PROGRAMA DE INICIACIÓN

Marco Petrik



PRECIO SIN IVA: 19,18 €
PRECIO CON IVA: 19,95 €
ISBN: 978-84-7902-973-9
Páginas: 128
Formato: 19,5 x 26,5 cm
Encuadernación: Rústica

Sinopsis

CrossFit®, en palabras de su fundador, Greg Glassman, es “movimiento funcional constantemente variado y ejecutado a alta intensidad”.

El auge y la pasión que el CrossFit® suscita se debe, entre otros factores, a que no existe a nivel mundial otro programa que sea más efectivo para entrenar la fuerza y la resistencia con y sin aparatos.

Los Workouts (WODS, entrenamientos del día) ofrecen a cualquier deportista un reto en sus vidas, a menudo sedentarias y estresadas. Después de la sesión de entrenamiento se tiene la fantástica sensación de haber conseguido algo de lo que, con toda la razón, hay que sentirse orgulloso.

El CrossFit® es adecuado para cualquier persona que desee hacer algo beneficioso para su salud y para su capacidad de rendimiento. Con independencia de ser un deportista activo o no haber practicado antes ningún deporte, estar motivado, abierto a aprender nuevos ejercicios en las sesiones y buscar los límites personales de resistencia y superarlos, situará al practicante en el camino del éxito.

Además, se aprecia de inmediato cómo se fortalece y se mejora la forma, a la vez que hay una evolución siempre positiva del estado físico general.

En este libro hallarás todo lo referente al:

- Equipamiento básico y ropa. Calentamiento, movimiento y movilidad.
- Los ejercicios CrossFit® con consejos profesionales para la realización correcta de las técnicas de cada ejercicio.
- Workouts of the Day: planes de entrenamiento de 8 semanas con 26 WODS para fitness, fuerza y resistencia.

Marco Petrik

Marco Petrik es entrenador personal desde hace doce años, atiende a clientes dentro y fuera de su país. Estudió Ciencias del Deporte y es propietario y Director of training en CrossFit eo —www.crossfit-eo.de— en Múnich, ciudad en la que se estableció el primer CrossFit Affiliate oficial. Procedente del deporte de rendimiento (voleibol), vive apasionadamente su profesión y disfruta diariamente de su Workout de CrossFit®. ¡Para él, la mejor hora del día!



GUÍA DE NUTRICIÓN PARA EL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA

Alberto Muñoz Soler

PRECIO SIN IVA: 9,57 €
PRECIO CON IVA: 9,95 €
ISBN: 978-84-7902-974-6
Páginas: 128
Formato: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Todos los que forman parte del entorno deportivo saben que, además de las sesiones de trabajo, es vital prestar atención a la nutrición del que entrena, y en el caso de la fuerza a las particularidades dietéticas que impone esta modalidad de trabajo muscular. Con ello se conseguirá el mejor rendimiento posible del sobreesfuerzo del músculo sometido a cargas elevadas y se evitará la aparición de una posible lesión.

Esta Guía de nutrición para el entrenamiento de la fuerza expone las bases fundamentales de alimentación que deben conocer estos deportistas, así como las pautas dietéticas especiales que pueden modificar su estatus nutricional. Cubre, entre otras, cuestiones tales como:

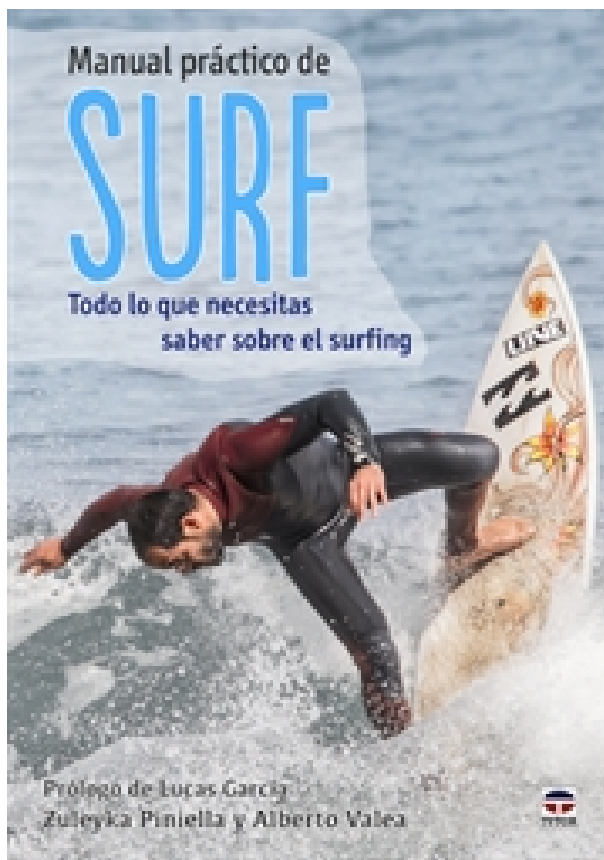
- Los nutrientes que aportan energía y los que no la aportan
- El equilibrio hidroelectrolítico: el agua y los iones
- La producción de energía y el entrenamiento de la fuerza
- Las ayudas ergogénicas

Alberto Muñoz Soler

Alberto Muñoz Soler es médico especialista en Medicina del Deporte y especialista en Psiquiatría. Fue durante once años médico de la Residencia Joaquín Blume de Madrid (Centro de Alto Rendimiento) y ha colaborado como médico especialista con diversas Federaciones Deportivas Nacionales, así como con deportistas de élite individuales, en la preparación psicológica para la competición.

MANUAL PRÁCTICO DE SURF. TODO LO QUE NECESITAS SABER SOBRE EL SURFING

Alberto Valea Zuleyka Piniella



PRECIO SIN IVA: 17,31 €
PRECIO CON IVA: 18,00 €
ISBN: 978-84-7902-975-3
Páginas: 128
Formato: 17 x 24 cm
Encuadernación: Rústica

Sinopsis

Cada día hay más gente que se acerca al surf. Estos lo hacen atraídos tanto por el deporte

en sí como por el estilo de vida en torno a su práctica: ropa, música, vida al aire libre, viajes, etc.

Manual práctico de Surf es un texto único por su enfoque didáctico basado en los más de 25 años de experiencia de sus autores y porque recoge, como ningún otro texto lo había hecho hasta ahora, todo lo que se necesita saber acerca del surf y de su lifestyle:

- breve historia del deporte,
- equipamiento necesario y su mantenimiento,
- consejos para iniciarse con seguridad,
- las predicciones del mar e interpretar la playa,
- principales maniobras en el agua,
- entrenamientos fuera del agua,
- alimentación, medioambiente, etc.

Con más de 160 fotografías y un soporte visual atractivo, incluye también un capítulo dedicado a aspectos prácticos para la planificación de viajes a los destinos más buscados de surf.

Alberto Valea

Alberto Valea: surfista con más de 25 años de experiencia, escritor y colaborador en medios especializados de Latinoamérica y España.

Zuleyka Piniella

Zuleyka Piniella: surfista, pedagoga, fotógrafa, colaboradora en medios especializados de Latinoamérica y España.

