

Innovación e investigación en pádel

 **Descargar**

 **Leer En Línea**


[Click here](#) if your download doesn't start automatically


Innovación e investigación en pádel

Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas

Innovación e investigación en pádel Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas

El pádel es uno de los deportes que mayor crecimiento ha experimentado en España en los últimos años. En España se estima que más de 4 millones de personas juegan al pádel, observando además un aumento del 70% en el número de licencias en los últimos 5 años. Entre las razones del aumento de la popularidad del pádel destacan: (i) su carácter lúdico y social al practicarlo 4 jugadores, (ii) su facilidad de aprendizaje técnico, (iii) la mayor duración de los puntos que permite un alto disfrute de los participantes, (iv) la fácil accesibilidad a todos los sectores de la población por su bajo coste económico y (v) la cercanía del lugar de residencia de instalaciones para su práctica. Sin embargo, a pesar del notable crecimiento del pádel, son varios los autores que han puesto de manifiesto la carencia de investigaciones en este deporte. Además, varios especialistas del ámbito de la salud muestran su preocupación ante el elevado índice lesivo en practicantes amateurs, atribuyéndolo a malas prácticas deportivas. Esta obra nace ante esta falta de conocimiento riguroso, reuniendo a un conjunto de profesores, investigadores, médicos, psicólogos, fisioterapeutas, biomecánicos y entrenadores especialistas en pádel, con el objetivo de mostrar los últimos avances en investigación e innovación en las ciencias del deporte aplicando el conocimiento científico al desarrollo de este fabuloso deporte. La estructura de la obra pasa por cinco áreas claramente diferenciadas. El primer bloque se centra en la salud, medicina deportiva y lesiones, a través de cinco capítulos que evalúan los hábitos saludables de los jugadores de pádel y el estudio epidemiológico de las principales lesiones en este deporte. El segundo bloque desarrolla el área de entrenamiento y rendimiento, con diez capítulos que analizan la condición física de los jugadores, la estructura del juego, los movimientos en pádel o el entrenamiento de aspectos físicos y técnicos. El bloque tres, centrado en la biomecánica y análisis de la técnica, está formado por cuatro capítulos que mostrarán los últimos avances biomecánicos en equipamientos deportivos para pádel, el análisis de los golpes a través del estudio espacio-temporal y de la velocidad y precisión de la pelota, o el efecto de la fatiga sobre el tiempo de reacción. El cuarto bloque desarrolla el estudio psicología del pádel, a través de tres capítulos que proporcionarán herramientas para el entrenamiento psicológico y de comunicación entre jugador y entrenador, así como el análisis de la ansiedad ante la competición. Finalmente, el bloque cinco analizará el aprendizaje, la didáctica y el control motor, con cuatro capítulos que mostrarán diferentes propuestas metodológicas para la enseñanza tanto del pádel convencional como del pádel adaptado, junto con una propuesta de aprendizaje de la técnica a través de la variabilidad y los sistemas dinámicos complejos. Como autores, esperamos que esta obra ponga sobre el papel las principales novedades en investigación e innovación en pádel, logrando un doble objetivo: dar respuesta a las necesidades y cuestiones habituales de los técnicos y jugadores, así como contribuir al desarrollo y la profesionalización de este deporte a través de la difusión de información y conocimiento riguroso y contrastado que ayuden a una práctica más controlada y saludable. Javier Courel Ibáñez Bernardino J. Sánchez-Alcaraz Jerónimo Cañas

 [Descargar Innovación e investigación en pádel ...pdf](#)

 [Leer en línea Innovación e investigación en pádel ...pdf](#)

Descargar y leer en línea Innovación e investigación en pádel Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas

302 pages

About the Author

Javier Courel Ibáñez. Investigador y estudiante de doctorado en Análisis del Rendimiento Deportivo en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada, Director de PadelScience y Director del Congreso Nacional de Investigación en Pádel. Es licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Máster en Investigación en Actividad Física y Deporte, por la Universidad de Granada. Profesor en cursos y seminarios en la Universidad de Granada, Máster de Investigación en Actividad Física y Deporte, en la Federación Andaluza de Baloncesto y en el Máster de Análisis de Rendimiento Deportivo y Coaching de la Universidad de Valencia. Ha contribuido en congresos y es autor de artículos en revistas sobre esta temática. Bernardino Javier Sánchez-Alcaraz Martínez Profesor Asociado en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Murcia y profesor en el Centro de Enseñanza Samaniego, impartiendo, entre otras, la asignatura de “Deportes con implementos. Tenis y Pádel”. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Universidad Católica de San Antonio), Diplomado en Magisterio de Educación Física (Universidad Camilo José Cela), Máster en Dirección y Gestión de Entidades Deportivas (Universidad Católica de San Antonio) y Doctor en Ciencias del Deporte (Universidad de Murcia). Especialista en deportes de raqueta. Ha contribuido en congresos, autor de artículos, ha dirigido cursos y ha publicado libros sobre esta temática. Jerónimo Cañas Investigador y estudiante de Doctorado en el Perfil antropométrico y condición física de jugadores de pádel profesional, Máster Universitario en Profesorado de Educación Secundaria, Universidad de Granada. Máster en Experto en Periodismo Deportivo, Universidad Europea de Madrid. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Granada. Entrenador y Monitor Nacional de Pádel (APA). Monitor Nacional de Pádel (Nivel 1), FEP. Entrenador Físico de Pádel (APA). Coordinador y Profesor del I Experto en Enseñanza de Pádel a nivel mundial, Universidad de Granada. Coordinador y Profesor de todos los cursos de formación sobre pádel dentro de la Universidad de Granada. Coordinador y Entrenador de la Escuela de Pádel de la Universidad de Granada. Director del primer portal web científico de pádel PadelScience.com. Campeón del mundo sub 21 de pádel. Ha competido 12 años en el circuito profesional.

Download and Read Online Innovación e investigación en pádel Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas #NDF7XP2QVS4

Leer Innovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas para ebook en líneaInnovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Innovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas para leer en línea. Online Innovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas ebook PDF descargarInnovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas DocInnovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas MobipocketInnovación e investigación en pádel by Javier Courel Ibáñez, Bernardino J. Sánchez Alcaraz, Jerónimo Cañas EPub

NDF7XP2QVS4NDF7XP2QVS4NDF7XP2QVS4