



CAPACIDADES COGNITIVAS

m o t r i c i d a d h u m a n a
h u m a n m o v e m e n t

CAPACIDADES COGNITIVAS

David Ribera-Nebot, 2012

Basándome en los conceptos aprendidos del [Maestro Seirul·lo Vargas](#) desde 1986, a partir de sus artículos y documentos, de sus apuntes de clase, charlas y conferencias, y de las experiencias prácticas de entrenamiento, propongo las siguientes capacidades cognitivas:

- * Capacidades de Cognición de la Tarea Motriz
- * Capacidades de Cognición Espacial
- * Capacidades de Cognición Temporal
- * Capacidades de Memoria
- * Capacidades de Comprensión-Entendimiento
- * Capacidades de Reflexión-Razonamiento
- * Capacidades de Concentración
- * Capacidades de Toma de Decisiones
- * Capacidades de Diseño de Programas Motores y Espacio-Temporales
- * Capacidades de AutoControl y AutoEvaluación

El desarrollo específico y relacional de cada una de las citadas capacidades, junto a los recursos de optimización preferentemente cognitivos e interaccionados con otras estructuras de la persona, se presenta en las sesiones formativas de Entrenamiento Deportivo.

REFERENCIAS

- Seirul·lo Vargas, F. (1986-87). Apuntes de clase de Educación Física de Base (3er curso). Documento INEFC Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F. (1988-90). Apuntes de clase de Entrenamiento Deportivo. Documento INEFC Barcelona.
- Seirul·lo Vargas, F. (2001-2010). Apuntes de clase de Motricidad Básica y su Aplicación a la Iniciación Deportiva. Documento INEFC.
- Seirul·lo Vargas, F. (1981). Espacio-Tiempo en la Educación Física de Base. Apuntes de Medicina Deportiva, 18 (70), 85-94.
- Seirul·lo Vargas, F. (1986). Estructura de las sesiones de participación cognitiva. Ref, Revista de Educación Física, 10, 5-8.

© 2012 David Ribera-Nebot
Apuntes de Entrenamiento Deportivo
Institut Centre d'Alt Rendiment · Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

© Copyfreedom 2012 David Ribera-Nebot

EEB Sport Training Barcelona
www.sporttraining.org



© motricidadhumana.com
© humanmovement.com

m o t r i c i d a d h u m a n a
h u m a n m o v e m e n t