



Nombre del grupo:

Entrenamiento, Actividad Física y Rendimiento Deportivo (ENFYRED)

Referencia del grupo: **S53_20D**

Investigador principal: **Dr. Francisco Pradas**



Presentación general del grupo

Número de investigadores: **19**

Número de miembros efectivos: **7**

Número de colaboradores: **12**



Miembros del grupo

Dr. FRANCISCO PRADAS DE LA FUENTE (IP) (Titular de Universidad)

Dr. JULIO LATORRE PEÑA (Titular de Universidad)

Dr. CARLOS CASTELLAR OTÍN (Contratado Doctor)

Dr. MANUEL LIZALDE GIL (Contratado Doctor)

Dr. CARLOS PEÑARRUBIA LOZANO (Contratado Doctor)

Dr. DAVID FALCÓN MIGUEL (Contratado Interino)

Dra. MARTA RAPÚN LÓPEZ (Asociada)

Principales líneas de trabajo del grupo

- **ÁREA 1: Análisis y evaluación del entrenamiento.**
- **ÁREA 2: Actividad física y salud.**
- **ÁREA 3: Rendimiento físico y deportivo.**
- **ÁREA 4: Educación física e iniciación deportiva.**





ESTRUCTURA ADMINISTRATIVA



ESTRUCTURA FUNCIONAL





Proyectos de investigación (recientes / en curso)

- **S53_20D: Entrenamiento, Actividad Física Y Rendimiento Deportivo (Enfyred).** Gobierno de Aragón (3 años).
- **Análisis de la utilidad, aplicabilidad y alcance de la metodología e-learning y recursos educativos digitales ante la situación producida por el COVID-19: un estudio cualitativo en el ámbito universitario.** Universidad de Zaragoza (12 meses).
- **Las carreras por montaña en el Altoaragón y su incidencia para la salud en deportistas entrenados.** Instituto de Estudios Altoaragoneses (12 meses).



- **Exernet-Elder 4.0: prevalencia de sarcopenia en España, determinantes bioquímicos y ambientales. Efectos del ejercicio físico.** Universidad de Zaragoza (12 meses).
- **Análisis de la aplicabilidad y utilidad de los videojuegos como recurso educativo gamificador en la educación física y musical: una aproximación neuroeducativa desde la psicología educativa.** Universidad de Zaragoza (12 meses).



Ejemplos de publicaciones del grupo

1. Peñarrubia-Lozano, C., Segura-Berges, M., Lizalde-Gil, M., & Bustamante, J. C. (2021). A Qualitative Analysis of Implementing E-Learning during the COVID-19 Lockdown. *Sustainability*, 13(6), 3317. <https://doi.org/10.3390/su13063317>
2. Pradas, F., Falcón, D., Peñarrubia-Lozano, C., Toro-Román, V., Carrasco, L., & Castellar, C. (2021). Effects of Ultratrail Running on Neuromuscular Function, Muscle Damage and Hydration Status. Differences According to Training Level. *Int J Environ Res Public Health*, 18(10), 5119. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105119>



3. Peñarrubia-Lozano, C., Lizalde-Gil, M., Rapún-López, M., & Falcón-Miguel, D. (2021). Teacher training students' perception of outdoor activities and their applicability in school centers. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(49), 355-364.
<https://doi.org/10.12800/ccd.v16i49.1540>
4. Pradas, F., García-Giménez, A., Toro-Román, V., Ochiana, N., Castellar, C. (2021). Gender Differences in Neuromuscular, Haematological and Urinary Responses during Padel Matches. *Int J Environ Res Public Health*, 18(11), 5864.
<https://doi.org/10.3390/ijerph18115864>



5. Quintas, A., Bustamante, J. C., Pradas, F., & Castellar, C. (2020). Psychological effects of gamified didactics with exergames in Physical Education at primary schools: Results from a natural experiment. *Computers & Education*, 152, 103874. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2020.103874>

Ejemplos de actividades de transferencia

1. Diseño de modelo de utilidad: mesa de tenis de mesa escolar regulable.
2. Herramienta de observación ACTADAN. Análisis mediante metodología observacional en deportes de raqueta: tenis de mesa.



3. Programa Aula en Bici.



4. Diseño de modelo de utilidad: Velopoint.

Otro tipo de actividades realizadas por el grupo

Participación en redes:

- Red EuLES.
- Red Deportes de raqueta.
- Red Estatal de Educación Física en la Naturaleza.
- Red Iberoamericana en Investigación en Formación del Profesorado de Educación Física (RIIFPEF)*.





Colaboraciones con otros grupos de investigación nacionales e internacionales

- Grupo de investigación Análisis Biológico y Funcional del Ejercicio Físico BIOFANEX - CTS972 (*Universidad de Sevilla*).
- Grupo de investigación Ciencia y Deporte - SEJ470 (*Universidad de Granada*).
- Grupo de Investigación Rendimiento Físico y Deportivo - SEJ505 (*Universidad Pablo de Olavide*).
- Grupo de investigación de la acción motriz, GIAM (*Universidad de Lleida*).
- Grupo de investigación en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, GRICAFDE (*Universidad de Antioquía, Colombia*).



Potencial de colaboración con otros grupos y/o investigadores vinculados al CIFICE

Proyectos y dirección de trabajos académicos (TFM, tesis)

Especial vinculación con la Facultad de Educación

Proyectos innovación docente:

11 Mirrors

ISEAS



ISEAS

*Innovación social para una
educación activa y saludable*



Potencial de colaboración con otros grupos y/o investigadores vinculados al CIFICE

Entrenamiento, rendimiento, salud

Formación inicial:

Didáctica

Psicología

Sociología

Otras áreas de conocimiento

Redes

Proyectos innovación

Proyectos I+D+i

Contratos OTRI

¿Dónde estamos?



Facultad de
Educación
(Zaragoza)



Facultad de Ciencias
Humanas y de la
Educación (Huesca)



Facultad de Ciencias
de la Salud y del
Deporte (Huesca)



Facultad de Ciencias
Sociales y Humanas
(Teruel)



Prensa y redes sociales

Unidad de Cultura Científica. Universidad de Zaragoza

Qué es la UCC Documentales Actividades Contacto

NOTICIAS

La enseñanza híbrida resalta las luces y sombras de la virtualidad en

Mar, 12/28/2021

Presentado un estudio liderado por la Universidad de Zaragoza sobre la metodología e-learning y universitario ante la situación por el COVID-19

Además de dificultades a nivel técnico (sonido, calidad de la imagen, conectividad), se ha evidenciado los estudiantes presenciales como a los que siguen la clase online

Detectada la demanda sobre la formación específica y uso de aplicaciones, metodologías y recursos en el proceso de enseñanza-aprendizaje



(Zaragoza, martes, 27 de diciembre de 2021). La enseñanza híbrida resalta que la virtualidad muestra fortalezas y debilidades. El estudio liderado por la Universidad de Zaragoza sobre el modo de implementar la docencia en el curso 2020/21, en el que han participado además las universidades Rovira i Virgili (Tarragona), de Sevilla, de Jaén y de Madrid.

HERALDO Aragón Deportes Real Zaragoza Nacional Internacional Economía Cultura Suscríbete por 1€

El Campus de Huesca estudia la incidencia para la salud de las carreras de montaña

El profesor Carlos Castellar dirige este estudio sobre los efectos que tienen pruebas de ultrafondo, de más de 60 kilómetros, en corredores experimentados de distinto nivel.

NOTICIA ACTUALIZADA 11/7/2017 A LAS 12:48
HERALDO.ES



Imagen de la Trail 2 Heaven una de las múltiples carreras de montaña que se celebran este verano en Aragón. | Ángel Sahún

Investigadores del Campus de Huesca de la Universidad de Zaragoza estudian la incidencia para la salud de carreras de montaña de larga distancia. El profesor Carlos Castellar, del grupo Entrenamiento físico y rendimiento deportivo (ENFYRED), dirige este trabajo que analizará los efectos que tienen estas pruebas que han tenido un importante aumento de practicantes en los últimos años- en corredores experimentados de distinto nivel. Doce deportistas, que participan en carreras en el Pirineo, serán seleccionados para realizar este estudio.

El grupo de investigación Enfyred presenta en Huesca el libro 'La enseñanza integral de la bicicleta: recursos para Educación Primaria'

El profesor del Campus oscense Carlos Castellar, junto a Sergio Pérez, de la asociación 'Aula en bici', y al diputado provincial Francisco Mateo han presentado hoy este volumen que pretende facilitar la incorporación de la bicicleta al currículo educativo



(Huesca, 6 de junio de 2019) Hoy, 6 de junio, se ha presentado en Huesca 'La enseñanza integral de la bicicleta', un libro que ofrece a maestros y maestras de Educación Primaria nuevos recursos para integrar la bicicleta en su labor docente. Dos de sus autores, el profesor del Campus de Huesca de la Universidad de Zaragoza, Carlos Castellar, y Sergio Pérez, de la asociación oscense 'Aula en bici', junto a Francisco Mateo, de la Diputación Provincial altoaragonesa -entidad que ha editado esta obra- han sido los encargados de explicar las utilidades de este libro, que estará disponible para los educadores tanto en papel como en formato digital, acompañado de vídeos dirigidos a los escolares.

Junto a Castellar y Pérez firman este volumen Francisco Pradas y Carlos Peñarrubia, integrantes como el primero del grupo de investigación 'Entrenamiento físico, actividad física y rendimiento deportivo' (Enfyred), que tiene su sede en la Facultad de Ciencias Humanas de la Educación de Huesca.

La transformación de las ciudades en favor de espacios para el peatón y el ciclista, de manera paralela al aumento de la conciencia colectiva en torno a la movilidad sostenible, contextualizan, según sus autores, la necesidad de esta obra y los contenidos que se ofrecen en ella para el profesorado de Educación Física de Educación Primaria.



Twitter: @enfyred



Instagram: @entrenamientoyrendimiento