

### **Datos del plan de estudio**

Diplomado de Preparación Física y Deportiva

Dirigido a: Entrenadores de la DGADyR, Comunidad Universitaria y Público General

Síntesis o descripción breve:

Se atienden las vertientes propias de las ciencias aplicadas al deporte para lograr que el egresado diseñe sus sesiones de enseñanza de la actividad física y deportiva, respetando los principios metodológicos, didácticos y biológicos que satisfagan las necesidades de aprendizaje de sus alumnos. De la misma manera se desarrollan habilidades docentes para la enseñanza de la actividad física y deportiva.

Requisitos de ingreso:

Presentar constancia de bachillerato o equivalente

2 fotografías tamaño infantil

Copia de la CURP

Copia de la credencial de elector

Llevar a cabo el proceso de selección

Cubrir la cuota correspondiente

Plan de estudios/Temario:

#### Módulo I

- Fisiología del Ejercicio I
- La Actividad Física y el Deporte
- Nutrición en el Deporte
- Psicología del Adolescente

#### Módulo II

- Fisiología del Ejercicio II
- Metodología para el Desarrollo de las Capacidades Físicas
- Higiene y Primeros Auxilios
- Manejo de Grupos
- Taller de elaboración de trabajo final

#### Módulo III

- Planificación del Entrenamiento Deportivo
- Psicología del Deporte
- Formación Docente
- Recreación en el Deporte
- Taller de elaboración de trabajo final

#### Módulo IV

- Preparación Física en Deportes de Fuerza Rápida
- Preparación Física en Deportes de Resistencia

#### Módulo V

- Preparación Física en Deportes de Resistencia
- Preparación Física en Deportes con Pelota

#### Módulo VI

- Preparación Física en Deportes de Arte Competitivo

#### **Contacto**

Nombre: Verónica Vargas

Puesto: Secretaria Técnica

Teléfonos: 56 22 05 58 y 56 22 00 14 ext. 40418

Email: verovadi1@yahoo.com.mx

