

UAD

Certificado de Contenidos



www..unidadeduca.org



informes@unidadeduca.com



5549340845



La Universidad Abierta del Deporte a través de la Unidad de Certificación en Ciencias Aplicadas al Deporte, operadora de programas educativos, avala y hace constar en registros el

Curso Intensivo Entrenamiento Deportivo basado en Ciencia y Aplicación Real

Homologada a Capacitación y Certificación Complementaria

Los asuntos relacionados con la constancia en los datos de contacto para aclaraciones. Si deseas tu constancia impresa deber presentar esta hoja con tu clave única entregada y consultar los costos de impresión y entrega

Contenidos aprobados

Fundamentos: El Ejercicio como Punto de Partida

Comprender el ejercicio como estímulo controlado

Conversión del Ejercicio en Carga

Transformar el movimiento en estímulo de adaptación

Simulaciones Prácticas del Entrenamiento

Aplicar conceptos en escenarios reales

El Acento de las Cargas: Capacidades Condicionales

Orientar la carga hacia capacidades específicas

Componentes de la Carga

Dominar los elementos fundamentales de la carga

Dosificación y Capacidad Prioritaria

Asignar valores numéricos precisos a componentes

Preparación Física: Resultado de la Carga Dosificada

Desarrollar potencialidades funcionales y motoras

Bases del Entrenamiento: Preparación Integral

Integrar tipos de preparación esenciales

La Figura del Entrenador Deportivo

Entender el rol del entrenador como docente

Estructura de Planificación: Ciclos Temporales

Organizar entrenamientos en estructuras lógicas

Perspectiva Biológica y Principios del Entrenamiento

Fundamentar la planificación en leyes naturales

Lo que Debería Saber Todo Entrenador Deportivo

Valor curricular: 30 horas



Este documento es reconocido en los Estados Unidos Mexicanos y no requiere trámites adicionales para su legalización, conforme a los registros ante la Secretaría de Educación Pública; avalado por el programa educativo Licenciatura en Ciencias del Deporte RVOE 2022P021019 y el aval académico y gremial del Colegio Morelense de Profesionistas en Ciencias del Ejercicio Físico A.C., representado comercialmente como Colegio de Profesionistas en Ciencias del Deporte (COLEPCIDE), conforme a su registro ante la Secretaría de Educación Pública del Estado de Morelos bajo el número DGEMSS2024-53-R.



MORELOS
LA TIERRA QUE NOS UNE
GOBIERNO DEL ESTADO
2024 - 2030



SEP
SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA

