



Diplomado en entrenamiento deportivo para el Siglo XXI

Dirigido a profesionales, entrenadores, profesores, técnicos del área deportiva del alto rendimiento, la formación y la educación física.

Capacítate y actualiza tus conocimientos con este diplomado con la institución de mayor prestigio deportivo del País.

Diploma con aval académico universitario



www.teampichincha.com

Información

Fecha de inicio:

9 de Junio del 2021

Total de horas:

220 horas académicas en 6 meses

Horas Sincrónicas

Horas Asincrónicas

Trabajos / Evaluaciones

Proyecto Final

Clases virtuales y prácticas presenciales

Horarios:

Clases 100% en plataforma académica virtual

Webinars

Temas académicos - horas

1. LAS TICS EN EL DEPORTE, METROLOGÍA Y TELEMÁTICA	20
2. FISIOLÓGÍA DEL DEPORTE Y PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO	30
3. INICIACIÓN, SELECCIÓN Y BÚSQUEDA DE TALENTOS	30
4. HABILIDADES Y CAPACIDADES DEPORTIVAS	30
5. CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE	30
6. ESTRUCTURA Y NORMATIVA DEL SISTEMA DEPORTIVO ECUATORIANO	20
7. GERENCIA DEPORTIVA	30
8. PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	30

Presentación



Concentración Deportiva de Pichincha, en su labor formativa y responsabilidad con sus entrenadores y deportistas, presenta el diplomado en entrenamiento deportivo para el siglo XXI.

Creemos en la importancia de la toma de decisiones en el campo de la práctica profesional diaria con los atletas, así como la experiencia del preparador físico y sus competencias para llevar a cabo la programación del entrenamiento.

El presente curso se propone como respuesta ante la necesidad de transmitir, a los preparadores físicos y entrenadores, el avance de las ciencias aplicadas al deporte, frente a las nuevas demandas de la alta competencia.

El desarrollo técnico y científico en el deporte es cada vez más perfeccionado, por ello, es fundamental la actualización de técnicas y conocimientos para los entrenadores y su aplicación en el crecimiento y formación de sus deportistas.

Hoy en día el deporte se encuentra en proceso de auge y profesionalización lo cual ha llevado a la ciencia a ser utilizada para incidir en múltiples factores de la práctica en busca del aumento del rendimiento deportivo en el ejercicio competitivo.

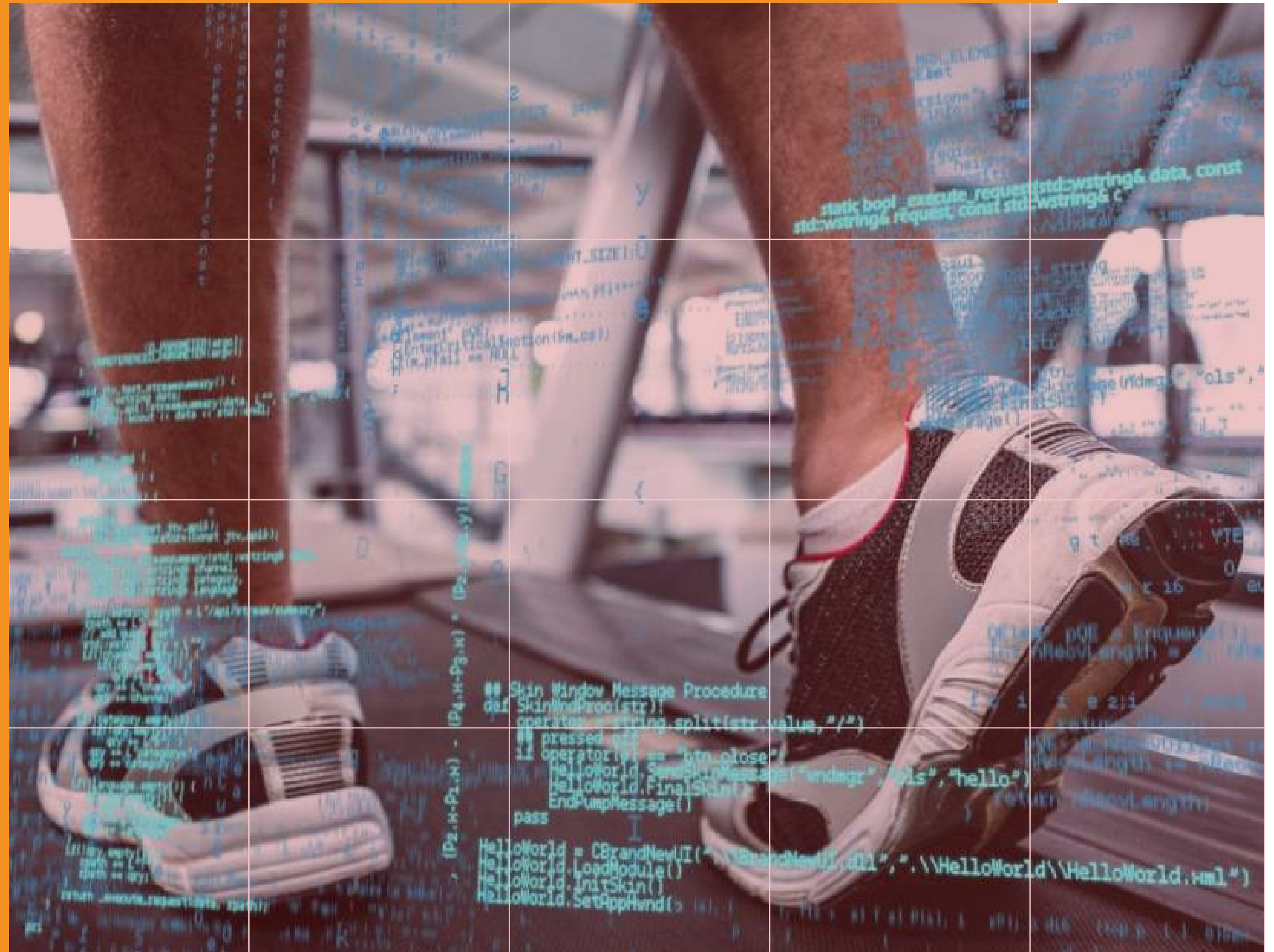
La planificación del entrenamiento deportivo constituye un proceso abierto que debe ajustarse a las condiciones que, en cada momento presente el deportista, teniendo en cuenta los medios materiales y de infraestructura necesarios para tal fin.



PRESENTACIÓN ACADÉMICA



Las TICS en el deporte, metrología y telemática



Las TIC hoy en día son imprescindibles en los deportes de alta competencia.

Su uso abarca aspectos como medir los parámetros de desempeño físico y rendimiento de los atletas.

Contenido

Tecnología y deporte

1. La Revolución Tecnológica
2. La Tecnología en la industria deportiva

Tecnología aplicada a la gestión de entidades deportivas

1. Claves de la Transformación Digital en las Entidades Deportivas
2. Sistemas de control de la Actividad Física y Entrenamiento
3. Sistemas para la evaluación Biomecánica

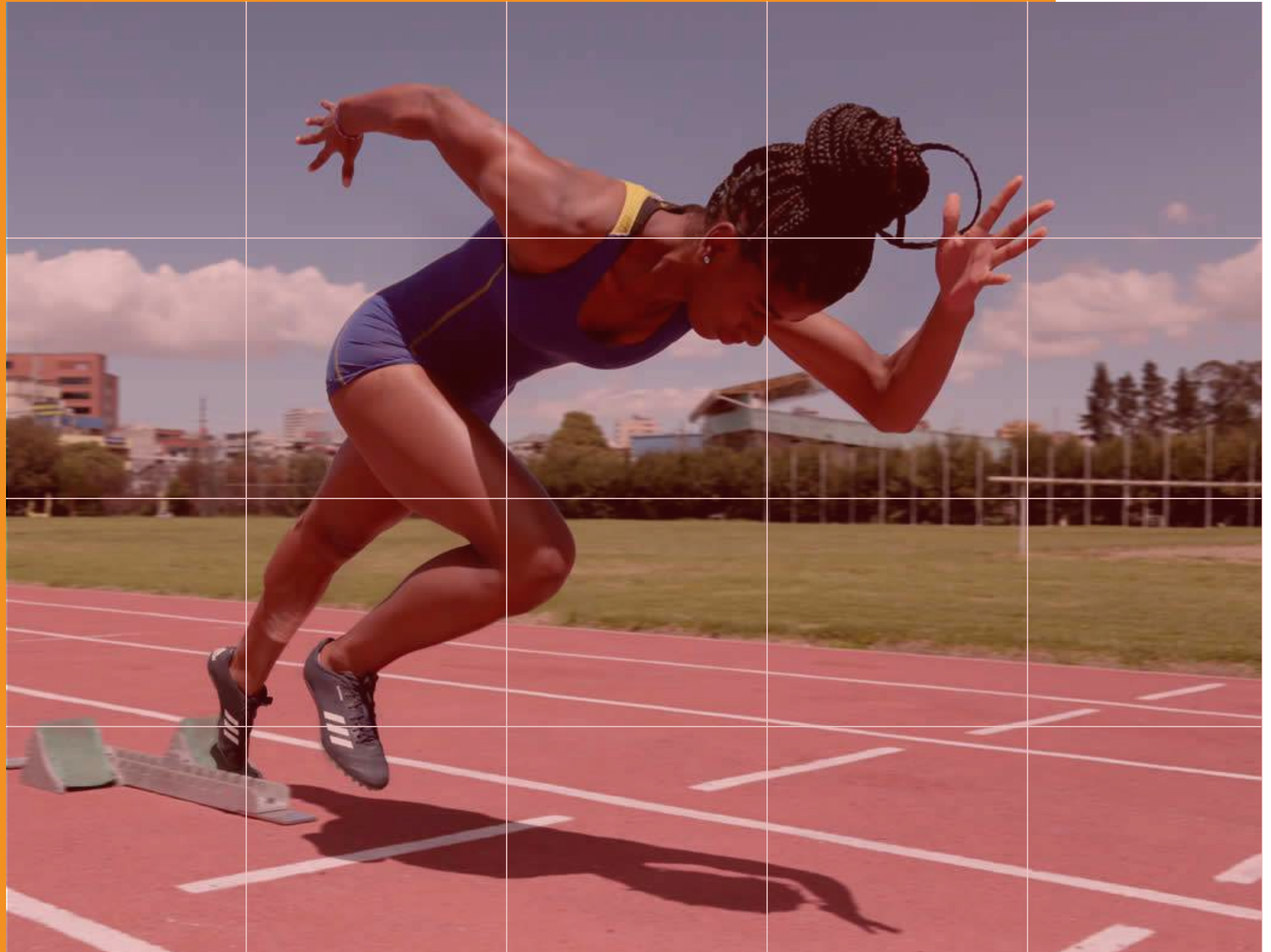
Implementación de la tecnología en el sector deportivo

1. Campo Virtual TeamPichincha
2. Sistema TeamPichincha
3. Sistema Documental Quipux

Metrología y telemática

1. Instrumentos para la medición de compuestos orgánicos y fisiológicos por medios tecnológicos
2. Sistemas de transmisión de datos

Fisiología del deporte y planificación del entrenamiento



Contextualización

El entrenador deportivo estará en condición de aplicar la planificación del entrenamiento deportivo con bases fisiológicas y un enfoque integrador.

Contenido

Bases fisiológicas del entrenamiento

1. Bioenergética, recuperación, sistema respiratorio, sistema cardiovascular, sistema músculo esquelético, sistema nervioso, bases fisiológicas desarrollo de fuerza, resistencia, flexibilidad y gesto técnico en el deporte

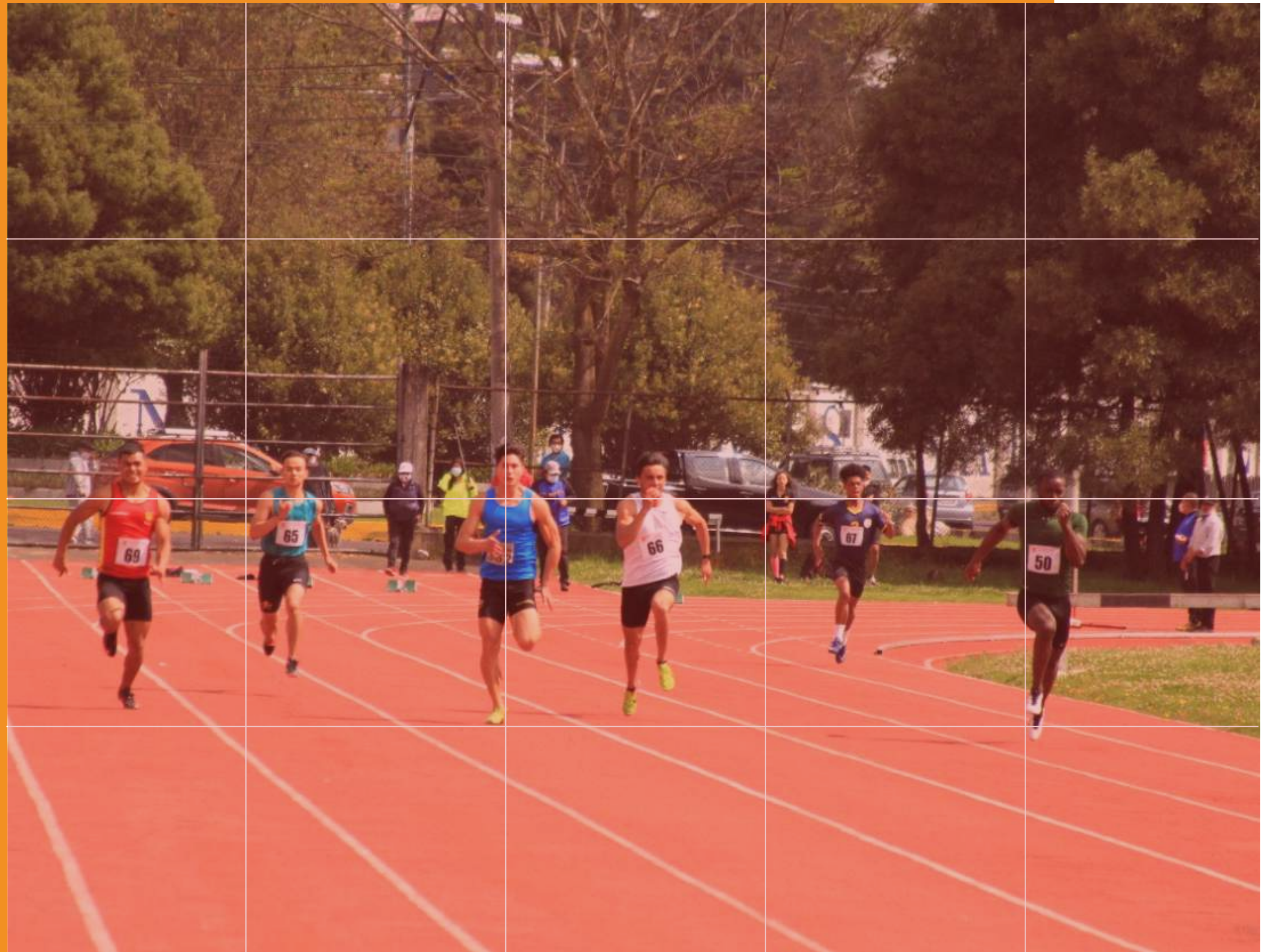
Metodología del entrenamiento.

1. Macrociclo, mesociclo, microciclo.
2. Ejemplos de sesión de entrenamiento.

Diagramación de sesiones de entrenamiento.

1. Planificación a mediano y largo plazo para equipos y deportistas.
2. Contexto del atleta, ejercicios y correcciones.

Iniciación, selección y búsqueda de talentos



3

Contextualización

La aplicación de los conocimientos adquiridos permitirá estandarizar la planificación, ejecución y evaluación del entrenamiento deportivo para la iniciación deportiva, seleccionando el talento con criterios científicos.

Contenido

Iniciación deportiva.

1. Etapas del desarrollo motriz: habilidades motrices y capacidades físicas que determinan la selección de un talento deportivo.

Criterios científicos de selección.

1. Edades idóneas
2. Modelos y tipos de evaluación
3. Métodos para la selección de un talento deportivo

Habilidades y capacidades deportivas



4

Contextualización

Los conocimientos adquiridos en este módulo le permitirán al entrenador planificar con eficiencia: habilidades motrices básicas y deportivas, direcciones de entrenamiento y el desarrollo del entrenamiento deportivo.

Contenido mínimo

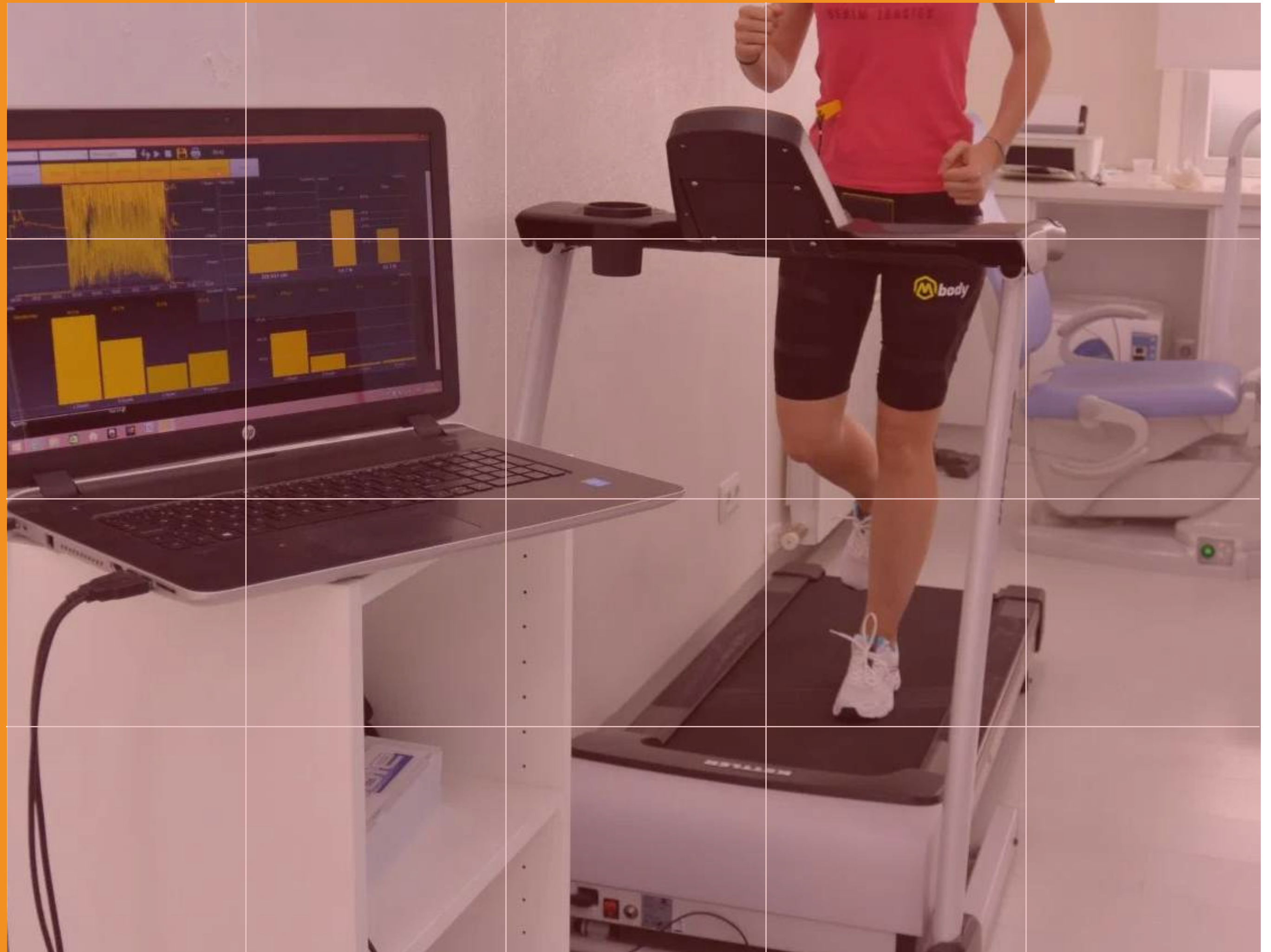
Dirección del entrenamiento

1. Habilidades motrices básicas y deportivas
2. Direcciones del entrenamiento
3. Tipos y manifestaciones del entrenamiento
4. Medios y métodos para su desarrollo

Principios del análisis del rendimiento deportivo

1. La necesidad de contar con datos objetivos
2. ¿Qué es el análisis del rendimiento deportivo?
3. Generalidades del análisis del rendimiento deportivo
4. Perspectivas fundamentales del análisis del rendimiento deportivo

Ciencias aplicadas al deporte



5

Contextualización

Adquirirá conocimiento científico que aporta las ciencias al deporte en los diferentes campos del conocimiento: biomecánica, fisiología del ejercicio, psicología deportiva, nutrición deportiva, etc.

Contenido

Biomecánica

1. Anatomía y biomecánica.
2. Utilización de medios tecnológicos para el control del entrenamiento (medidores de lactato, frecuencia cardíaca, saturación de oxígeno, antropometría)
3. Software análisis biomecánico

Psicología del deporte

1. Actitud y motivación al deporte
2. Atención psico física social
3. Preparación psicológica del entrenamiento y competición

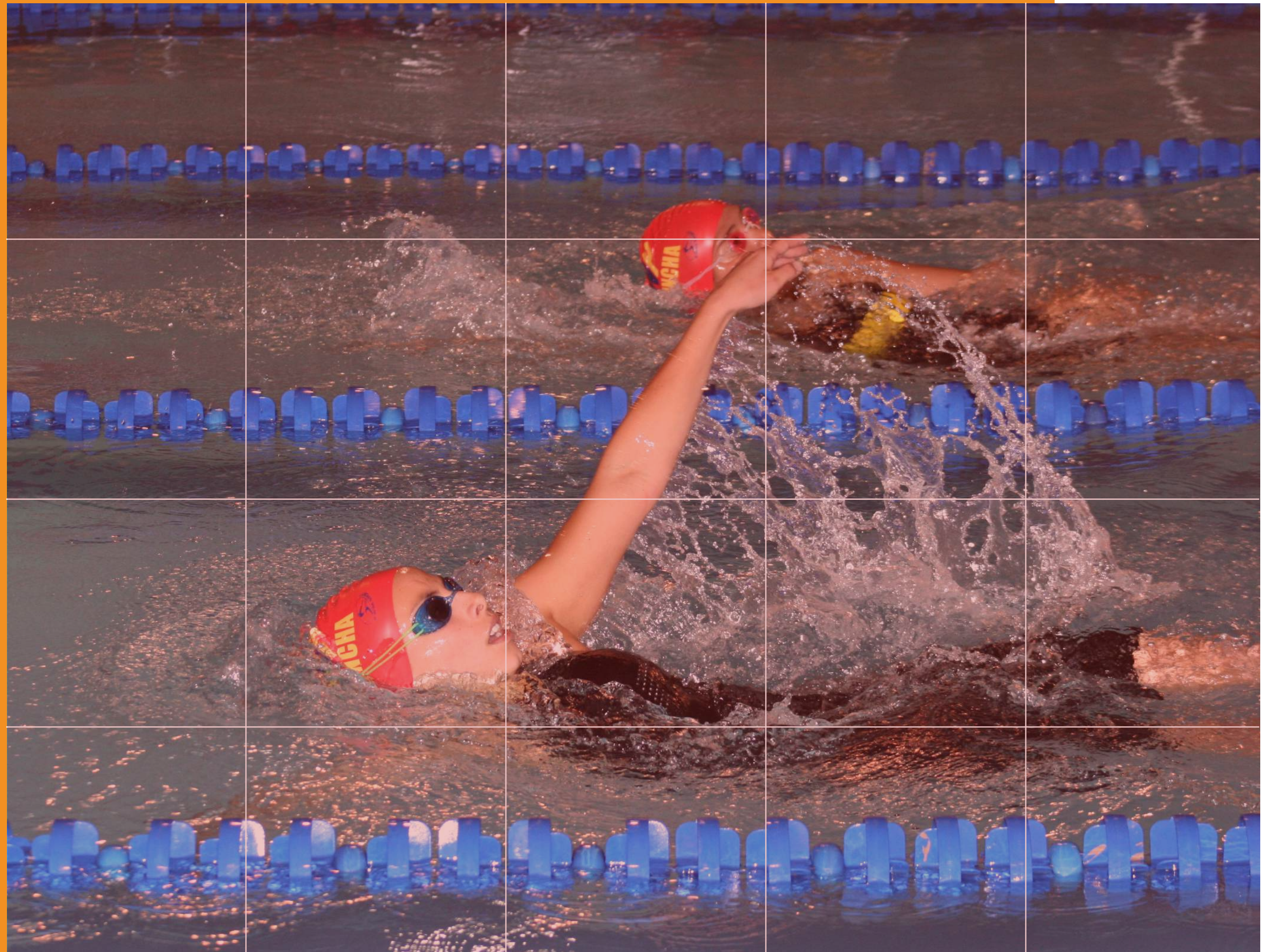
Entrenamiento neuronal

1. Entrenamiento neuromuscular
2. PNL y coaching

Antropometría

1. Evaluación funcional deportiva: medidas antropométricas, aptitud física en diferentes etapas, prescripción de dietas para diferentes niveles deportivos.
2. Control médico del deporte y condiciones de stress

Estructura y normativa del sistema deportivo ecuatoriano



Contextualización

La normativa ecuatoriana e internacional garantiza la protección, estímulo, promoción y coordinación de cultura física, el deporte y la recreación.

Contenido

Estructura legal

1. Analizar la ley del deporte y su connotación en el deporte.
2. Analizar el reglamento a la ley.
3. Revisión de LOSEP, el código de trabajo y su aplicación.
4. Conocer regulaciones anexas que vincula a la actividad física y al deporte

Gerencia deportiva



Contextualización

Competencias, destrezas, habilidades directivas y de liderazgo, necesarias para la planificación y de la organización del deporte y la actividad física, con metodología y herramientas de diseño y evaluación.

Contenido

Gerencia del deporte

1. Planificación estratégica administrativa de la actividad deportiva
2. Calidad total en la gestión del deporte
3. Reingeniería de modelos de gerencia deportiva

Proyectos

1. Introducción
2. Preparación del proyecto deportivo
3. Estudio de los proyectos deportivos
4. Marco lógico aplicado a los programas en deporte y actividad física

Seguimiento y evaluación

1. Seguimiento y evaluación
2. Programa de actividades y presupuesto en deporte y actividad física
3. Sistema nacional de inversión pública
4. Planificación estratégica en deporte y actividad física

Planificación y evaluación del entrenamiento deportivo

(este módulo tendrá un fuerte componente práctico y se lo realizará por grupo de deportes)



Contextualización

La planificación del entrenamiento deportivo y la secuencia en la aplicación de las cargas de entrenamiento facilita que los mecanismos de adaptación sean más efectivos.

Contenido mínimo

Tendencias actuales de la teoría del entrenamiento deportivo

1. Direcciones del entrenamiento deportivo
2. Carga física y sus componentes
3. Métodos del entrenamiento deportivo
4. Detección de la zona de entrenamiento

Planificación del entrenamiento deportivo

1. Fundamentos biomecánicos del deporte
2. Modelos de planificación
3. Modelos de control del entrenamiento deportivo.

Plan docente del diplomado en gestión deportiva de calidad

Módulo	No. Horas
1. LAS TICS EN EL DEPORTE, METROLOGÍA Y TELEMÁTICA	20
2. FISIOLÓGÍA DEL DEPORTE Y PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO	30
3. INICIACIÓN, SELECCIÓN Y BÚSQUEDA DE TALENTOS	30
4. HABILIDADES Y CAPACIDADES DEPORTIVAS	30
5. CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE	30
6. ESTRUCTURA Y NORMATIVA DEL SISTEMA DEPORTIVO ECUATORIANO	20
7. GERENCIA DEPORTIVA	30
8. PLANIFICACIÓN Y EVALUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	30

Inversión

Iniciamos: Miércoles 9 de junio de 2021

Valor:



Precios con descuentos especiales

Grupos institucionales (Mínimo 5 personas) deben hacer llegar una carta con el listado dirigido a CDP: info@teampichincha.com	\$ 98,00
Estudiantes de 3er nivel en carreras afines a la cultura física	\$ 73,00
Entrenadores de clubes afiliados a las Asociaciones Provinciales por Deporte y Ligas Cantonales	\$ 61,00
Personal con relación de dependencia de CDP	\$ 35.00



Inscríbete ahora

Datos de pago



Transferencia o depósito a nombre de

**Concentración Deportiva
de Pichincha**

Cuenta corriente Banco Pichincha

30054448-04

RUC: 1791827929001

Inscríbete en:

<https://forms.gle/7RJFEi47QimNHFui7>

Más información en: www.teampichincha.com