



## Diplomado en Formación de Instructores Deportivos

### Presentación

La Organización Mundial de la Salud ha observado que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial, al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios en la salud.

Se hace necesario, en este contexto, formar a profesionales con la finalidad de promover hábitos deportivos saludables dentro de la comunidad universitaria, que nos ayuden a luchar contra el sedentarismo y los problemas de salud asociados a él, capaces de dirigir grupos deportivos, ligas deportivas y actividades físicas recreativas en nuestra comunidad universitaria y en cualquier otro contexto social.

Si te interesa la actividad física y el deporte, tienes experiencia en la práctica o entrenamiento de alguna especialidad deportiva o en la promoción de la salud por medio del ejercicio físico, el diplomado te ofrece la posibilidad de adquirir las competencias necesarias para desarrollar con éxito tu actividad profesional como instructor deportivo.

### Objetivos

#### *Objetivo general*

Capacitar a profesionistas y alumnos con perfil deportivo en actividades físico-deportivas, para crear instructores deportivos que operen con éxito en diversos proyectos educativos y recreativos en relación a la actividad física, el deporte y la salud.

#### *Objetivos particulares*

- I. Conocer las bases anatómicas y fisiológicas de la actividad física y el deporte.
- II. Descubrir y aplicar los fundamentos pedagógicos y didácticos necesarios para la enseñanza de las diferentes actividades físico-deportivas.
- III. Comprender los principios básicos del proceso de iniciación deportiva en los diferentes ámbitos de intervención (deporte recreativo/competición o alto rendimiento).
- IV. Conocer y vivenciar la ejecución correcta de los ejercicios, sus efectos, sus variables y como llevar a cabo el diseño de actividades físico-deportivas.
- V. Adquirir habilidades de liderazgo y dirección de actividades deportivas.



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE

SECRETARÍA ACADÉMICA

COORDINACIÓN DE EXTENSIÓN

- VI. Entender la relación entre ejercicio y salud con el propósito de crear estrategias para la promoción de hábitos deportivos saludables.

## Perfil de ingreso

Los aspirantes al Diplomado en formación de instructores deportivos serán alumnos, académicos, administrativos y personal externo a la comunidad universitaria con un perfil deportivo y motivación para desarrollar actividades deportivas dentro del centro universitario o de la zona norte del estado de Jalisco.

## Perfil de egreso

- I. Abordará con éxito los procesos de aprendizaje deportivo aplicando todos los conocimientos anatómicos, fisiológicos y pedagógicos adquiridos.
- II. Identificará la correcta ejecución de diversos movimientos corporales y podrá aplicarlos al entrenamiento de diversas disciplinas deportivas.
- III. Dirigirá grupos deportivos acordes con su especialidad.
- IV. Implementará proyectos de intervención en actividades físico deportivas.
- V. Realizará la planeación y gestión de acciones en el área de la actividad física, tanto competitiva como en materia de salud.
- VI. Desarrollará su práctica profesional con honestidad, ética, responsabilidad, solidaridad, equidad y compromiso social.

## Requisitos de ingreso

- Ser mayor de edad y residir en la zona norte del estado de Jalisco.
- Contar con un perfil deportivo (deportista, entrenador deportivo, entre otros, ya sea de forma profesional o amateur).
- Carta de exposición de motivos para cursar el diplomado.
- Compromiso para colaborar en las actividades deportivas del centro universitario.

## Requisitos para la obtención del diplomado

Los requisitos para la obtención del diploma de instructor deportivo son:

- Haber concluido el programa del diplomado.
- Haber cumplido con los requisitos señalados en el plan de estudios.
- Haber cursado al menos un seminario de especialización para la finalización del diplomado.



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE

SECRETARÍA ACADÉMICA

COORDINACIÓN DE EXTENSIÓN

## Plan de estudios

160 horas en 5 semanas, coincidiendo con el inicio del ciclo de verano 2018. 22.5 horas presenciales semanales, más 10 horas de trabajo en línea por módulo, más una jornada de fin de semana (viernes/sábado).

El diplomado se llevará a cabo del 11 de junio al 10 de julio, de lunes a viernes de 9am a 2pm.

Los seminarios iniciarán tras finalizar el diplomado, tendrá una duración de 40 horas.

**Será obligatoria la asistencia al 80% de las sesiones presenciales**, así como la entrega en tiempo y forma de las actividades propuestas en el horario de trabajo independiente.

Unidades de aprendizaje	Tipo	Horas BCA*	Horas AMI*	Horas Totales
Bases anatómicas y fisiológicas de la actividad física y el deporte.	CT	20	10	30
Bases psicopedagógicas e iniciación deportiva.	CT	36	10	46
Construcción del deportista.	CT	20	10	30
Dirección de actividades deportivas.	CT	24	10	34
Ejercicio físico y salud.	CT	10	10	20
Especialidad Deportiva	S	30	10	40
<b>CARGA HORARIA TOTAL</b>		<b>140</b>	<b>60</b>	<b>200</b>

BCA= horas bajo la conducción de un académico

AMI = horas de actividades de manera independiente

CT = Curso taller

S = Seminario

## Calendario de trámites

Pre-inscripción: 01 al 25 de mayo, 2018

Inscripción: 28 al 4 de junio, 2018

**La selección del alumnado (25 plazas) se realizará por estricta orden de entrega de toda la documentación requerida. Tras la conformidad de la preinscripción se notificará vía correo electrónico al alumno que ha sido admitido y se le enviará la solicitud de inscripción y la carta de pago que deberá ser abonada y entregada durante el plazo de inscripción.**

Inicio del diplomado: 11 de junio, 2018



# UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DEL NORTE

SECRETARÍA ACADÉMICA

COORDINACIÓN DE EXTENSIÓN

## Costos

El Diplomado tiene un coste de 5000 pesos que deberán ser abonados antes del inicio del mismo, durante el plazo de inscripción. Se entregará el justificante de pago original el día de inicio del diplomado.

Los alumnos, académicos y administrativos pertenecientes al Centro Universitario del Norte tienen un condonación del 50% sobre el coste del mismo.

## Contacto

Contacto, dudas y sugerencias con la responsable del diplomado.

Preinscripción e inscripción obligatoria por correo electrónico.

Maestra María Rivera Ochoa

Correo electrónico: [m.rivera@cunorte.udg.mx](mailto:m.rivera@cunorte.udg.mx)