



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física



<https://g-se.com/es/formacion/curso-avanzado-ciencias-aplicadas-preparacion-fisica...>





Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Sobre el Curso



Pablo Añón Capacitaciones

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.

En tanto existe un continuum entre la ciencia aplicada y la permanente innovación y estrategias empleadas por los especialistas para la mejora del rendimiento deportivo, son los preparadores físicos y entrenadores del alto rendimiento quienes están a la vanguardia en el empleo de medios y métodos de entrenamiento, con frecuencia, antes que tengan comprobación científica, y que de ese empeño surgen nuevas tendencias en la preparación de los deportistas.

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. También creemos en el conocimiento científico que aportan las ciencias aplicadas al deporte en los diferentes campos del conocimiento (biomecánica, fisiología del ejercicio, psicología deportiva, nutrición deportiva, etc. Pero más convencidos estamos en el análisis criterioso de la evidencia aportada por la ciencia con la justa aplicación empírica con relación a las necesidades del deportista.



Información Útil



OBJETIVOS:

Proveer herramientas prácticas y basadas en la evidencia científica actual para optimizar el entrenamiento físico y maximizar el rendimiento deportivo, con un enfoque en la toma de decisiones informada y efectiva.



CURSO DESTINADO A:

- Estudiantes de Educación Física
- Entrenadores deportivos
- Profesores de Educación Física y licenciados.
- Estudiantes autodidactas



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Docentes



PABLO AÑÓN

Preparación física Voley



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Programa académico (30 Horas cátedra)

Módulo 1

Actualización sobre HIIT (Entrenamiento intervalado de alta intensidad) evidencias y propuesta practica para la mejora del rendimiento en diferentes disciplinas deportivas

Actualización sobre HIIT (Entrenamiento intervalado de alta intensidad) evidencias y propuesta practica para la mejora del rendimiento en diferentes disciplinas deportivas

Entrenamiento concurrente evidencias actuales

.

Medios y Métodos de control y monitoreo de la carga de entrenamiento

.

Modelos de planificación en el deporte contemporáneo

Modelos de planificación en el deporte contemporáneo

¿Cómo interpretar y analizar las métricas del CMJ y no morir en el intento?

¿Cómo interpretar y analizar las métricas del CMJ y no morir en el intento?



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Programa académico (30 Horas cátedra)

Módulo 2

Entrenamiento de la fuerza basado en la velocidad (VBT): un modelo de aplicación práctica

Entrenamiento de la fuerza basado en la velocidad (VBT): un modelo de aplicación práctica

Actualización sobre medios y métodos del entrenamiento de la fuerza para mejoras de la performance en deportes de equipo

Actualización sobre medios y métodos del entrenamiento de la fuerza para mejoras de la performance en deportes de equipo

Estrategias de "Priming" para maximizar la performance deportiva

Estrategias de "Priming" para maximizar la performance deportiva

Utilización de los Ejercicios derivados del levantamiento de pesas y sus beneficios en la transferencia hacia la performance

Utilización de los Ejercicios derivados del levantamiento de pesas y sus beneficios en la transferencia hacia la performance

Revisión sobre diferentes métodos de entrenamiento excéntrico

Revisión sobre diferentes métodos de entrenamiento excéntrico



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Programa académico (30 Horas cátedra)

Módulo 3

Actualización y aplicación práctica sobre la utilización del sprint en el deporte de equipo.

Actualización y aplicación práctica sobre la utilización del sprint en el deporte de equipo.

Medios y métodos para el entrenamiento de la fase de aceleración en deportes de equipo, desde el modelo técnico a la aplicación al campo

Medios y métodos para el entrenamiento de la fase de aceleración en deportes de equipo, desde el modelo técnico a la aplicación al campo

RSA (repeated sprint ability) desde la bioquímica a la práctica

RSA (repeated sprint ability) desde la bioquímica a la práctica

Modelos de planificación en el deporte contemporáneo

Modelos de planificación en el deporte contemporáneo

Análisis de los modelos de programas de entrenamiento de la resistencia basados en la perspectiva de los especialistas NORUEGOS

Análisis de los modelos de programas de entrenamiento de la resistencia basados en la perspectiva de los especialistas NORUEGOS



Journals



SPORT Discus™ with Full Text



Online Education Center nos brinda de manera exclusiva y gratuita para todos los alumnos avanzados de G-SE el ingreso a SPORT Discus with Full text.

Con cobertura a texto completo (full text) que data desde el año 1930, SPORTDiscus with Full Text es la herramienta esencial para los estudiantes que desean estar un paso adelante en cuanto a conocimientos, investigación y trabajos finales de grado, másteres y doctorados.

El contenido incluye:

- Más de **650 revistas** (journals) a texto completo.
- Resúmenes de 970 revistas.
- Actas e informes de conferencias.
- Más de **3800 videos**.
- Más de **150000 artículos** con referencias citadas de búsqueda.

Pueden consultar y descargar estos materiales cuantas veces deseen mientras dure el acceso a este campus virtual de G-SE.



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Pablo Añón Capacitaciones
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha realizado todas las evaluaciones y ha aprobado una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



CERTIFICADO FINAL DE ASISTENCIA

- Otorga: Pablo Añón Capacitaciones
- Tipo de certificado: Digital
- Este certificado especifica que un alumno ha asistido a una capacitación en particular. Se incluyen los siguientes datos: nombres y apellidos del alumno, nombre de la capacitación, cantidad de horas cátedra y nombre de la organización que certifica.



Curso Avanzado en Ciencias Aplicadas a la Preparación Física

Avales Científicos



Pablo Añón Capacitaciones



Comité Académico G-SE



American Society of Exercise Physiologists



American College of Sports Medicine



Formas de Pago

GLOBALES

Tarjeta de crédito o débito internacional / Tarjeta de crédito o débito Europea / PayPal Depósito o transferencia (Bankinter)

SOLO PARA ARGENTINA

Tarjeta de crédito o débito Argentina / Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia) Pago Fácil / Rapipago

SOLO PARA BOLIVIA

PagosNet

SOLO PARA CHILE

Servipag / Sencillito / Webpay / Multicaja

SOLO PARA COLOMBIA

Tarjeta de crédito o débito Colombiana / Via Baloto / Pagos Seguros en Línea (PSE)

SÓLO PARA ECUADOR

SafetyPay

SÓLO PARA MÉXICO

OXXO; Tarjeta de crédito o débito Mexicana; SPEI

SÓLO PARA PERÚ

PagoEfectivo; SafetyPay; Tarjeta de crédito o débito Peruana

SÓLO PARA URUGUAY

Depósito o transferencia (Santander Uruguay)

FORMAS DE PAGO DE SOCIOS EDUCATIVOS

Tarjeta de crédito o débito Argentina; Pago en sede; Depósito o transferencia bancaria (Banco Galicia; Santander; Sabadell); Western Union; PayPal; Tarjeta de crédito o débito internacional; Pago en efectivo; Consignación o transferencia bancaria (Banco DAVIVIENDA); Pago Fácil / Rapipago; Credit or debit card; Depósito o transferencia bancaria (Banco Nación)



Formas de Pago



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

The screenshot displays the G-SE 'Preguntas' interface. On the left is a navigation menu with options: 'Iniciar Sesión', 'Home', 'Mis Preguntas', 'Preguntas Seguidas', and 'Mis Respuestas'. The main content area features a search bar 'Haz una pregunta...' and a search filter '¿Qué?'. A question is displayed: 'La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?' posted by 'La expos' on May 27, 2021, at 11:29. It has 5 views and 1 notification. Below the question is an answer by 'Ernesto Cifuentes Merenea' from May 27, 2021, at 11:29. The answer discusses the physical and mental strain of night football (>20 hours) and how late bedtime routines affect sleep quality. It also mentions that elite football players are exposed to stadium artificial light. At the bottom, there is a 'Responder...' input field.

G-SE Preguntas es la base de conocimientos más grande de habla hispana sobre las ciencias del ejercicio. Preguntas, respuestas, comentarios y un valioso intercambio de información abierto y en tiempo real entre colegas de todas las disciplinas.

¿Cómo puedo participar?

- **Posteando preguntas a colegas.** Las preguntas son y serán siempre anónimas, por más que te pidamos que te loguees/registres.
- **Aportando tu conocimiento** respondiendo preguntas para ganar reputación dentro de la comunidad.

¡Echa un vistazo y comienza a participar!

MÁS INFORMACIÓN



Grupo Sobre Entrenamiento (G-SE) es el Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud

G-SE es un referente en la información y la capacitación a distancia en ciencias del ejercicio y medicina del deporte, dividiéndose en tres grandes secciones: 1) "Artículos", en donde se presentan blogs y artículos gratuitos contenidos en más de 7 journals especializados; 2) "Capacitaciones", una gran plataforma de difusión y comercialización de formaciones a distancia ofrecidas por nuestros socios educativos integrada a nuestro poderoso LMS (learning management system) de desarrollo propio; y 3) "Foros" en donde se promueve la interactividad, experiencias compartidas y opiniones de expertos.

 g-se@g-se.com

   [g-se.com](https://www.g-se.com)