



Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1



<https://g-se.com/curso-entrenador-halterofilia-nivel-1-t-061531a1d4c7ac>





Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

*Valoración de la capacitación
por parte de los alumnos:*



<https://g-se.com/curso-entrenador-halterofilia-nivel-1-t-061531a1d4c7ac>





Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Sobre el Curso



Lisandro Digiuni Capacitaciones

El curso "Entrenador de Halterofilia Nivel 1" brinda los conocimientos teóricos y prácticos necesarios para que un buen entrenador pueda trabajar y disponer de estrategias adecuadas para el proceso de entrenamiento desde la iniciación hasta el alto rendimiento.

Abarca los aspectos fundamentales de la halterofilia, tales como: su origen y evolución; sus reglas y caracterización; la técnica, su enseñanza y corrección, así como también todo lo referido al entrenamiento, los ejercicios, su dosificación y su prescripción.

El profesor Lisandro Digiuni nos ofrece en esta capacitación, información científica clara y actualizada y lineamientos metodológicos recabados en sus 25 años de reconocida trayectoria como entrenador.

En esta trayectoria se destaca su labor como ex coordinador del Seleccionado Juvenil Argentino y ex asistente de la Selección Colombiana de Pesas. Avalan sus resultados, los datos de que ha sido entrenador de campeones nacionales, sudamericanos y panamericanos en ambos países, así como de medallistas mundiales y olímpicos en Colombia.

El curso que propone abarca los aspectos fundamentales de la halterofilia, tales como: su origen y evolución; sus reglas y caracterización; la técnica, su enseñanza y corrección, así como también todo lo referido al entrenamiento, los ejercicios, su dosificación y su prescripción.

Lisandro Digiuni, entrenador y docente de cátedra, aborda los conocimientos y prácticas más relevantes de la halterofilia en clases sincrónicas que serán dictadas en vivo aunque también podrán verse grabadas cuando el alumno lo disponga.



Información Útil



PERFIL DE EGRESADO

El egresado podrá aplicar con éxito el conocimiento adquirido en cuanto a la enseñanza de los ejercicios olímpicos, la corrección de errores, el análisis de la carga y la prescripción de medios y métodos para una planificación eficiente.



OBJETIVOS:

Objetivo General del curso:

1. Contribuir en la formación del profesional del ejercicio a través de un conocimiento más profundo e integral de la Halterofilia.

Objetivos Específicos:

1. Construir un panorama de la Halterofilia desde sus orígenes hasta la actualidad.
2. Comprender la técnica desde el punto de vista cinético y cinemático.
3. Analizar ventajas y desventajas de las diferentes metodologías de enseñanza/aprendizaje
4. Comparar diversos métodos y su aplicabilidad en los distintos ámbitos.
5. Organizar planes y programas de entrenamiento para diferentes etapas y períodos.



CURSO DESTINADO A:

Estudiantes, profesores, licenciados en educación física, instructores, entrenadores y entusiastas del entrenamiento de la fuerza en general y de la halterofilia en particular.



Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Docentes



LISANDRO DIGIUNI

Preparación Física, Entrenador de Halterofilia.



Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Programa académico (24 Horas cátedra)

Módulo 1

Introducción a la Halterofilia

1. Introducción histórica
2. Caracterización de la halterofilia como deporte.
3. Reglamento y arbitraje de la halterofilia.

Estructura fásica de los ejercicios clásicos

Descripción y análisis de los ejercicios competitivos Arranque y Envión Clásico.

Metodologías para la enseñanza-aprendizaje de los ejercicios competitivos.

1. Metodologías para la enseñanza-aprendizaje del Arranque clásico.
2. Metodologías para la enseñanza-aprendizaje del Envión clásico.

Medios y métodos para el entrenamiento de la halterofilia.

1. Taxonomía de los distintos medios del entrenamiento en la halterofilia.
2. Clasificación y caracterización de los métodos para el entrenamiento de la halterofilia.

Planificación, periodización y programación del entrenamiento

1. Conceptos básicos sobre la adaptación.
2. Componentes de la carga en la halterofilia.
3. Planificación (Planificación perspectiva, megaciclos, ciclos anuales)
4. Periodización (Períodos preparatorio, competitivo y transitorio)



Curso de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Programa académico (24 Horas cátedra)

5. Programación (estructuración de las distintas sesiones de entrenamiento)



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 de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Certificados



CERTIFICADO FINAL DE APROBACIÓN

- Otorga: Lisandro Digiuni 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: Lisandro Digiuni 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 de Entrenador de Halterofilia Nivel 1

Avales Científicos



Lisandro Digiuni Capacitaciones



Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación



American Society of Exercise Physiologists



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)



En todos los países:





Q&A



G-SE "Preguntas"

Inicio Sesión

Haz una pregunta...

¿Qué

Pregunta
27 may 2021 · 11:29

5 1

Preg
27 me

La expos

La exposición a la luz artificial ¿genera cambios o disturbios en el sueño?

ver más +

Respuesta
27 may 2021 · 11:29

Ernesto Cifuentes Merenea

Jugar un partido de fútbol por la noche (>20 horas) implica una gran carga física y mental, así como un alto estrés emocional. Además, las rutinas posteriores al partido (atención médica, estrategias de recuperación, comida y viaje de regreso) con frecuencia conducen a una hora de acostarse muy tarde, lo que también puede alterar la calidad y cantidad del sueño (1)

Los jugadores de fútbol élite están expuestos a la luz artificial del estadio y también el acceso a disposi...

(ver más)

Responder...

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