

# Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión Deportiva

## Presentación del Programa

La actividad física es un factor de suma importancia para mantener la calidad de vida y la salud de las personas en las diferentes etapas de la vida. Más aún si se considera que puede servir tanto para la prevención como para el tratamiento de enfermedades relacionadas al sedentarismo.

Para que la práctica de actividad física sea una herramienta realmente útil, se debe tener en cuenta el gran déficit existente en formación específica para entrenadores deportivos y sobre la gestión deportiva, para lograr un cambio tangible en los entrenadores, las instituciones y establecimientos que brinden este servicio y así lograr el tan deseado estado de salud y bienestar a cargo de un profesional en la materia.

El programa de **Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión deportiva** está dirigido para todos aquellos profesionales que buscan profundizar sus conocimientos de la práctica y dirección del entrenamiento físico y todos los aspectos relacionados con la gestión de centros deportivos.

## A Quién va dirigido

La metodología de formación propuesta sumada a la claridad, amplitud y didáctica del diseño de los contenidos, permite dirigir el programa de **Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión deportiva** a profesionales diplomados y/o licenciados en educación física, profesores, profesionales de ciencias de la salud y el deporte y a todas aquellas personas que deseen enriquecer cualquier formación de pregrado o postgrado con temas relacionados a la actividad física, el diseño y planificación deportiva, y la gestión de centros deportivos.

## Estructura del Programa

La duración estimada para la realización de la **Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión Deportiva** es de **2 años**.

Respecto a la distribución del tiempo se establece que:

- Al ser un programa a distancia y no estar sujeto a clases presenciales, no se establece una fecha concreta de inicio, por lo que el alumno puede formalizar la matrícula en cualquier momento, siempre que haya plazas disponibles.
- El tiempo máximo del que se dispone para realizar el Programa es de **24 meses**. En este período de tiempo, el alumno debe haber superado todas las evaluaciones correspondientes al programa.

La estructura de **créditos** de la **Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión Deportiva** se recoge en la siguiente tabla:

	CRÉDITOS ECTS <sup>a</sup>	DURACIÓN <sup>b</sup>	HORAS
1ª parte: Materias Obligatorias	36	11	360
2ª parte: Módulos Optativos	37,5	8	375
3ª parte: Estudio y Resolución de Casos	6	2	60
4ª parte: Proyecto Final de Maestría	19,5	3	195
<b>TOTAL</b>	<b>99</b>	<b>24</b>	<b>990</b>

a. En función a la universidad. Un (1) crédito ECTS (European Credit Transfer System) equivale a 10 + 15 horas. Si el alumno cursa el Programa matriculado en una universidad no perteneciente al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES), la relación entre créditos - horas, puede variar.

b. Duración en meses

## Objetivos

### Objetivos General

- Formar profesionales con conocimientos y recursos suficientes para desarrollar una labor profesional eficaz y eficiente en el campo de la actividad física enfocada en el entrenamiento y la gestión deportiva.

### Objetivos Específicos

- Diseñar planes de ejercicio físico saludable adaptado a diferentes enfermedades y grupos de población.
- Trabajar en un entorno multidisciplinar enfocado a la promoción y práctica de ejercicio físico saludable.
- Combinar los ámbitos del entrenamiento deportivo y nutrición para lograr el mayor rendimiento del deportista.
- Planificar la gestión de recursos humanos y materiales en entidades de carácter deportivo.
- Realizar búsquedas efectivas de información científica a través de los medios disponibles para conseguir una correcta práctica profesional dentro de los equipos multidisciplinarios.

## Salidas Profesionales

Algunas de las salidas profesionales de la **Maestría en Actividad Física: Entrenamiento y Gestión Deportiva** son las siguientes:

- Profesionales que deseen especializarse en temas de Nutrición Deportiva.
- Profesionales que trabajen en Gimnasios, Asociaciones, Federaciones, etc. y deseen adquirir conocimientos sobre nutrición.
- Monitores de Ocio y Tiempo Libre.
- Entrenadores de Entidades Deportivas.

## Plan de Estudios

La **Maestría en Actividad Física y Salud: Entrenamiento y Gestión Deportiva** está formado por **4 partes** que se describen a continuación:

- **1ª PARTE: MATERIAS OBLIGATORIAS**

En esta primera parte se describen las bases del conocimiento del organismo humano en el contexto del deporte, así como el desarrollo de la relación de la actividad física y la salud para diferentes situaciones fisiológicas y patológicas.

Las asignaturas que comprenden esta parte, se muestran en la siguiente tabla:

1ª PARTE: MATERIAS OBLIGATORIAS		
#	ASIGNATURAS	CRÉDITOS
1	Estructura y Función del Cuerpo Humano	4,5
2	Contextualización de la Actividad Física y el Ejercicio en el Marco de la Salud	4,5
3	Aspectos Psicosociales de la Actividad Física para la Salud	6
4	Control y Prescripción de la Actividad Física	4,5
5	La Actividad Física para la Salud en Diversas Enfermedades	6
6	Actividad Física en Niños y Adolescentes	4,5
7	Actividad Física en las Personas Mayores	6
TOTAL		36

- **2ª PARTE: MÓDULOS OPTATIVOS**

El alumno debe escoger 1 de los 2 módulos optativos disponibles en la Maestría.

El primer Módulo Optativo tiene como prerrequisito: la acreditación de conocimientos suficientes en nutrición y alimentación o la superación de la asignatura preparatoria ASPECTOS BÁSICOS DE LA NUTRICIÓN.

Las asignaturas y sus créditos correspondientes de cada uno de los módulos optativos, se muestran a continuación:

2ª PARTE: MÓDULOS OPTATIVOS		
#	ENTRENAMIENTO DEPORTIVO	CRÉDITOS
1	Teoría Y Práctica Del Entrenamiento	6
2	Planificación Deportiva	6
3	Psicología Del Deporte	4,5
4	Cineantropometría	4,5
5	Nutrición Y Deporte	4,5
6	Trastornos Alimentarios En El Deporte	4,5
7	Ayudas Ergogénicas	4,5
8	Técnicas De Dirección De Equipos Deportivos	3
TOTAL		37,5

2ª PARTE: MÓDULOS OPTATIVOS		
#	DIRECCIÓN Y HABILIDADES PARA LA GESTIÓN DE CENTROS DEPORTIVOS	CRÉDITOS
1	Administración Y Dirección De Entidades Deportivas	4,5
2	Dirección Y Planificación Estratégica De Organizaciones Deportivas	4,5
3	Marketing En El Deporte. Aplicaciones	4,5
4	Gestión Estratégica De los Recursos Humanos	3
5	Técnicas De Dirección De Equipos Deportivos	3
6	Técnicas De Dirección Y Liderazgo En El Deporte	3
7	Sociedad De La Información Y Deporte	4,5
8	Teoría Y Práctica Del Entrenamiento	6
9	Cineantropometría	4,5
TOTAL		37,5

- 3ª PARTE: ESTUDIO Y RESOLUCIÓN DE CASOS

En esta parte del programa se dará énfasis al estudio y resolución de casos que permitirán la completa asimilación de toda la carga teórica brindada para el manejo del entrenamiento y de la gestión de entidades deportivas.

Las asignaturas que comprenden esta parte, se muestran en la siguiente tabla:

3ª PARTE: ESTUDIO Y RESOLUCIÓN DE CASOS		
#	ASIGNATURAS	CRÉDITOS
1	Estudio y resolución de casos	6
TOTAL		6

- 4ª PARTE: PROYECTO FINAL DE MAESTRÍA

La última parte de la Maestría está destinada a la realización del **Proyecto Final de Maestría**, el cual se puede comenzar con anterioridad al término de la **2ª Parte: Módulos Optativos**, ya que en ese momento el alumno contará con los elementos desarrollados necesarios para dar comienzo al **Proyecto Final de Maestría**.

4ª PARTE: PROYECTO FINAL DE MAESTRÍA		
#	PROYECTO FINAL DE MAESTRÍA	CRÉDITOS
1	Metodología de la Investigación Científica	4,5
2	Proyecto Final de Maestría	15
TOTAL		19,5

El objetivo es presentar un documento completo que muestre el desarrollo total del proyecto propuesto, contemplando la posibilidad de su ejecución concreta de acuerdo a los lineamientos y detalles del Proyecto Final de Maestría presentado. El Proyecto debe ser una aportación a algunos de los campos estudiados o a su relación, tanto teórica como aplicada y respetando las doctrinas, teorías y disciplinas relacionadas.

Además, deberá basarse en el documento "Pautas de Elaboración del Proyecto Final de Maestría" que recibirá el alumno en la primera entrega de material didáctico.

**Nota:** El contenido del programa académico puede estar sometido a ligeras modificaciones, en función de las actualizaciones o de las mejoras efectuadas.

