

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA  
SECRETARIA DE POSGRADO E INVESTIGACIÓN  
Diplomatura Superior Universitaria  
"Actividad Física para la Calidad de Vida"



## CONTENIDOS DIPLOMATURA

### CURSO 1

#### *“ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA Y POTENCIA MUSCULAR”*

**Mg. Víctor García Casas**

#### CONTENIDOS:

##### MÓDULO I

- **ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA:** Análisis de la biomecánica aplicada al entrenamiento de fuerza: conceptos de fuerza, velocidad, y potencia – curvas fuerza-velocidad – potencia-velocidad - Adaptaciones fisiológicas al entrenamiento de la fuerza: adaptaciones neurales y celulares al entrenamiento de fuerza – Modificaciones del perfil fuerza-velocidad – Ratio de Desarrollo de la Fuerza (RFD) – Perfil fuerza-velocidad – Cambios en el RFD.

##### MÓDULO II

- **PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA-POTENCIA:** Análisis de los métodos del entrenamiento de la fuerza: método complejo - método de contraste – clúster set – Entrenamiento Basado en la Velocidad de Ejecución (VBT) – entrenamiento con oclusión del flujo sanguíneo (BFR) – Análisis de los medios de entrenamiento de la fuerza (pesos libres, peso corporal, dispositivos inerciales, resistencia acomodada) – Planificación de la fuerza de acuerdo a los niveles de aproximación – Integración de la fuerza y potencia en la programación semanal en pre temporada y periodo competitivo en la liga nacional de básquet y vóley femenino.

### CURSO 2

#### *“FUNDAMENTOS DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA EL ENRIQUECIMIENTO DIDÁCTICO- PEDAGÓGICO”.*

**Especialista: Macías Luis Eusebio**

**Especialista: Monjes, Silvia del Valle**

#### CONTENIDOS:

- Juventud, Educación y Trabajo.
- Tendencias recientes en el acceso a las nuevas tecnologías de la información y comunicación
- Las tecnologías de la información y la comunicación aplicadas a la Educación.
- Cinco rasgos característicos del paradigma de la tecnología de la información.
- Las nuevas tecnologías como clave productiva en la planificación y enriquecimiento didáctico pedagógico.
- Ventajas y desventajas de las tecnologías de la información y la comunicación en el ámbito educativo.

### CURSO 3

#### *“ENTRENAMIENTO FUNCIONAL APLICADO AL DEPORTE Y LA SALUD”*

**Prof. Titular Esp. Sergio Ladislao Wilde**  
**Lic. Esp. Miguel Ángel Díaz**  
**Esp. Alberto Melgratti**  
**Prof. Diego Adan, Díaz**

### **CONTENIDOS:**

- Reseña Histórica del Entrenamiento Funcional. Las escuelas del Entrenamiento Funcional.
- Entrenamiento Funcional para la salud.
- Entrenamiento Funcional para el rendimiento Deportivo.
- Evaluaciones Funcionales. Bases Neurofisiológicas del Entrenamiento Funcional.
- Filosofía del Entrenamiento Deportivo: pirámide el Rendimiento
- Necesidades emergentes sobre la salud de las personas y el Entrenamiento Funcional para mejorar.
- Diseños de actividades en función de los objetivos.
- Capacidades físicas y coordinativas en el contexto del Entrenamiento Funcional.

### **CURSO 4**

***“ACTIVIDADES RECREATIVAS, Y ATLÉTICAS PARA NIÑOS CON DIVERSIDAD FUNCIONAL.”***

**Med. Esp. Manuel Parajón Viscido**  
**Dr. Ariel Villagra Astudillo**

### **CONTENIDOS:**

- Conceptualizando la diversidad funcional en los diferentes ámbitos de actuación.
- Características clínicas en los diferentes ámbitos de diagnósticos (intelectual, sensorial y física).
- Aspectos morfológicos, y de condición física en diferentes colectivos.
- Las actividades recreativas inclusivas.
- Deporte adaptado e inclusivo en personas con diversidad funcional.
- Procesos inclusivos en el deporte para personas con diversidad funcional.
- Diferentes contextos de trabajo para personas con diversidad funcional

### **CURSO 5**

***“BASES NEUROFISIOLOGICAS DEL APRENDIZAJE MOTOR, APLICADAS AL EJERCICIO Y LOS DEPORTES”***

**Med. Esp. Manuel Parajón Viscido**  
**Lic., Doctorando. Leonardo Ariel Cano**  
**Mg. Soledad García**  
**Mg. Di Leo. María Gracia**

### **CONTENIDOS:**

- Bases neurofisiológicas del aprendizaje motor aplicadas al ejercicio y el deporte.
- Neuroanatomía y neurofisiología del sistema nervioso. Organización general del Sistema Nervioso. Fisiología neuronal. Bases funcionales de corteza cerebral, ganglios basales, tallo encefálico, médula espinal y cerebelo.
- Neurodesarrollo, etapas sensibles, plasticidad cerebral.

- Movimiento voluntario e involuntario. Fisiología de la contracción muscular esquelética.
- Motivación, emoción y comportamiento.
- Neurofisiología del control motor. Sistemas de control motor.
- Propiocepción. Los receptores sensoriales. Receptores musculares y tendinosos. Información visual. Sistema vestibular. Percepción de tiempo espacio, aceleración y trayectorias. Percepción.
- El programa motor. Control nervioso del movimiento. Construcción de patrones motores. Retroalimentación motora. Aprendizaje y memoria motriz. Coordinación. Memorias motoras.
- Neurofisiología de la visión y su importancia en el control motor.
- Procesos psicológicos básicos y control motor.
- Nociones neuropsicológicas sobre el dolor y sus implicancias en la motricidad.
- Respuestas/Adaptaciones neuromusculares al ejercicio.
- Neurofisiología del control motor y electromiografía
- Adaptación motora. Sinergias musculares.
- Teorías del control motor.
- Cognición, toma de decisiones y pensamiento táctico.
- Nuevas tecnologías, robótica, realidad virtual, video juegos y control motor.
- Control motor en el deporte.

## **CURSO 6**

### ***“LA RECONFIGURACIÓN SOCIAL Y EDUCATIVA A PARTIR DE LA PANDEMIA”***

**Prof. Doctoranda Stancanelli, Alicia Gabriela**  
**Esp. Abg. Sanna Patricio**

## **CONTENIDOS:**

### **MÓDULO I**

- Nuevo orden mundial. Virus. Sistema letal y algunas pistas para después de la Pandemia. Covid estremece al mundo: Características de la Pandemia. La sociedad del cansancio. Los límites de la globalización. La sociedad paliativa. La obligación de ser feliz. Un virus demasiado humano.

### **MÓDULO II**

- Dolor como verdad. Poética del dolor. Dialéctica ontológica del dolor. Ética del dolor. El último hombre. La sociedad positiva. La obligación de ser feliz. La sociedad de la exposición. La sociedad de la evidencia. La sociedad porno. La sociedad de la aceleración. La sociedad íntima. La sociedad de la información. La sociedad de la revelación. La sociedad del control. No poder poder. El final de la utopía.

### **MÓDULO III**

- Pensar la educación en tiempos de distanciamiento. La educación y docencia presencial: complementos, no sustitutos. Las brechas. Los docentes ante el proceso de enseñanza-aprendizaje virtual. La pandemia en un Estado arrasado. La ausencia de los cuerpos y la presencia de las redes.

## **CURSO 7**

### ***“PRESCRIPCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA EN POBLACIONES ESPECIALES. ENFERMEDADES CRÓNICAS NO TRANSMISIBLES”***

**Dr. Mg. Herrera, Jorge**

#### **CONTENIDOS:**

- Actividad física en poblaciones especiales
- Enfermedades crónicas no transmisibles. Trabajo interdisciplinario Prof. Educación física y el médico.
- Factores de riesgo para el sobrepeso y la obesidad. Obesidad mórbida.
- Diabetes. Definición y características de la patología. Síndrome metabólico.
- Enfermedades cardiovasculares. Cardiopatías y su relación con el ejercicio. Ergometrías.
- Asma y enfermedades pulmonares crónicas. Definiciones y generalidades. EPOC. Espirometrías.
- Evaluación y prescripción de actividad física en estas patologías.
- Examen médico preparticipación deportiva.

## **CURSO 8**

### ***“FLEXIBILIDAD Y FUERZA APLICADA, PARA EL AUMENTO DEL RENDIMIENTO DESDE UNA PERSPECTIVA BIOMECÁNICA.”***

**Esp. Silvano, Pedro Antonio**

#### **CONTENIDOS:**

##### **MÓDULO I**

- Bases Anatómico-fisiológico aplicadas a la mecánica del Movimiento.
- Estructuras Articulares.- Propioceptores- Reflejos Mitóticos. G.T.O, Inhibición Reciproca linfa, sustancia fundamental.
- Dolor y Mecánica del Movimiento.
- Aplicación de la Estimulación Practica de los diferentes Reflejos.
- Exploración de las limitaciones de las articulaciones en diferentes gestos deportivos.
- Estructura del Colágeno. Pico de crecimiento. Niveles de Relajación. Control Reflejo. Control Cortical.

##### **MÓDULO II**

- La cadera y sus pilares de movimiento.
- Tren Superior y Tren Inferior.
- Análisis de la Triple Extensión
- Efectos Pos pandemia en los músculos flexo-extensores de cadera.
- Test de flexión activa de Cadera.
- Pilares de la Progresión y ejercicios aplicados

