Capacitación Práctica
Alto Rendimiento Deportivo

Avalado por la NBA

tech global university

tech global university

Capacitación Práctica

Alto Rendimiento Deportivo

Índice

01
Introducción
pág. 4

02
¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?
pág. 6

03
Objetivos
pág. 8

04
Planificación de la enseñanza
pág. 10

05
¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?
pág. 12

06
Condiciones generales
pág. 18

07
Titulación
pág. 20

01

Introducción

Las grandes figuras deportivas alcanzan el éxito con un trabajo personal y del propio staff, que le prepara física y mentalmente para las competiciones más exigentes. El avance científico ha permitido que la labor del preparador en Alto Rendimiento Deportivo sea clave para alcanzar las exigentes metas en todas las disciplinas. Por ello, estos expertos son cada vez más precisados en el mundo del deporte competitivo. Debido a ello, TECH ha creado este programa, que le brindará al alumno las actualizadas técnicas de planificación del entrenamiento o de la nutrición para acceder a esta área de trabajo. Gracias a una modalidad de aprendizaje 100% práctica, adoptará durante 3 intensas semanas aquellas aptitudes que potenciarán su crecimiento en este ámbito profesional.

Adoptarás en tu metodología de trabajo las novedosas técnicas de planificación del entrenamiento para atletas de alto rendimiento, respaldadas por una base científica"

El Alto Rendimiento Deportivo implica un conocimiento exhaustivo de las diferentes técnicas y metodologías de entrenamiento a aplicar en cada deportista y en función de su disciplina deportiva para extraer su máximo nivel competitivo. Asimismo, la nutrición adquiere gran relevancia no solo en la preparación diaria, sino también en la propia recuperación del deportista después de cada competición en la que participe o lesión que sufra. Por tanto, los especialistas en ambas materias desempeñan un papel crucial para que los atletas alcancen sus objetivos establecidos. Sin embargo, para ejercer esta profesión, se requieren novedosos conocimientos y aptitudes en este campo.

Debido a todo lo anterior, esta Capacitación Práctica tiene la intención de favorecer al experto en el entrenamiento de alto rendimiento la actualización y la aplicación profesional de conocimientos sobre la actividad física, la nutrición y la evaluación de resultados del deportista. A lo largo de 3 semanas de prácticas en un centro deportivo, el estudiante aprenderá los mejores mecanismos para diseñar un entrenamiento de fuerza orientado al rendimiento atlético, dominará los métodos de evaluación del rendimiento o elaborará planificaciones deportivas a corto, medio y largo plazo.

Durante la estancia práctica, el alumno contará con un tutor particular que le brindará los consejos más apropiados y velará por su adquisición de valiosas habilidades en el mundo deportivo. Asimismo, obtendrá una gran experiencia real, rodeado de los mejores profesionales en el mundo del rendimiento para atletas. Por consiguiente, este programa es una excelente oportunidad para obtener los conocimientos más aplicables y útiles en base a las necesidades de este mercado profesional.

02

¿Por qué cursar esta Capacitación Práctica?

En el ámbito del rendimiento deportivo, el aprendizaje teórico es sumamente relevante, pero es imprescindible obtener las herramientas requeridas para trasladar a la práctica los conocimientos más novedosos y adquiridos en base a la evidencia científica.
Por ello, TECH ha apostado por diseñar un producto académico único en el entorno educativo, que permitirá adentrarse al alumno en una empresa deportiva para aplicar en casos reales las actualizadas técnicas de planificación del entrenamiento. Durante 3 semanas, el estudiante trabajará al lado de los mejores expertos en este campo y obtendrá valiosas aptitudes aplicables en su día a día profesional. Esta oportunidad, por tanto, brindará un aprendizaje con aplicabilidad real y basado en las necesidades del mercado.

> *TECH te otorga la posibilidad de adentrarte durante 3 semanas en el seno de una empresa deportiva para, rodeado de los mejores profesionales, poner en práctica las estrategias más novedosas en potenciación del rendimiento para atletas"*

1. Actualizarse a partir de la última tecnología disponible

En la última década, el área del Alto Rendimiento Deportivo ha evolucionado significativamente gracias al surgimiento de novedosos métodos para evaluar el trabajo de los atletas, la utilización de modernos sistemas de entrenamiento de resistencia o la aplicación de estrategias nutricionales más efectivas. Debido a ello, este programa de TECH te otorgará las destrezas más actualizadas en este campo para estar en sintonía con las necesidades de este sector.

2. Profundizar a partir de la experiencia de los mejores especialistas

El extenso equipo de profesionales que guiarán al experto durante toda esta etapa práctica garantiza el elevado nivel del aprendizaje que obtendrá el alumno. Así, este dispondrá de un tutor que realizará su seguimiento diario y preservará que su enseñanza cumpla con sus objetivos propuestos.

3. Adentrarse en entornos deportivos de primera

TECH selecciona minuciosamente todos los centros disponibles para las Capacitaciones Prácticas. En esta línea, el alumno accederá a un prestigioso centro de entrenamiento orientado al Alto Rendimiento Deportivo. De tal modo, determinará las labores realizadas en el día a día en este campo y aplicará las últimas tendencias en su metodología de trabajo.

4. Llevar lo adquirido a la práctica diaria desde el primer momento

El mercado educativo posee una amplia variedad de programas académicos herméticos, centrados únicamente en la impartición de contenidos teóricos y cerrados a horarios preestablecidos. Ante esta circunstancia, TECH ofrece un novedoso modelo completamente práctico que le permitirá al profesional adquirir competencias útiles en el entorno profesional en tan solo 3 semanas.

5. Expandir las fronteras del conocimiento

TECH ofrece las posibilidades de realizar esta Capacitación Práctica en centros de envergadura internacional. De esta forma, el profesional podrá expandir sus fronteras y ponerse al día con los mejores profesionales, que ejercen en centros deportivos de primera categoría y en diferentes continentes. Una oportunidad única que solo TECH podría ofrecer.

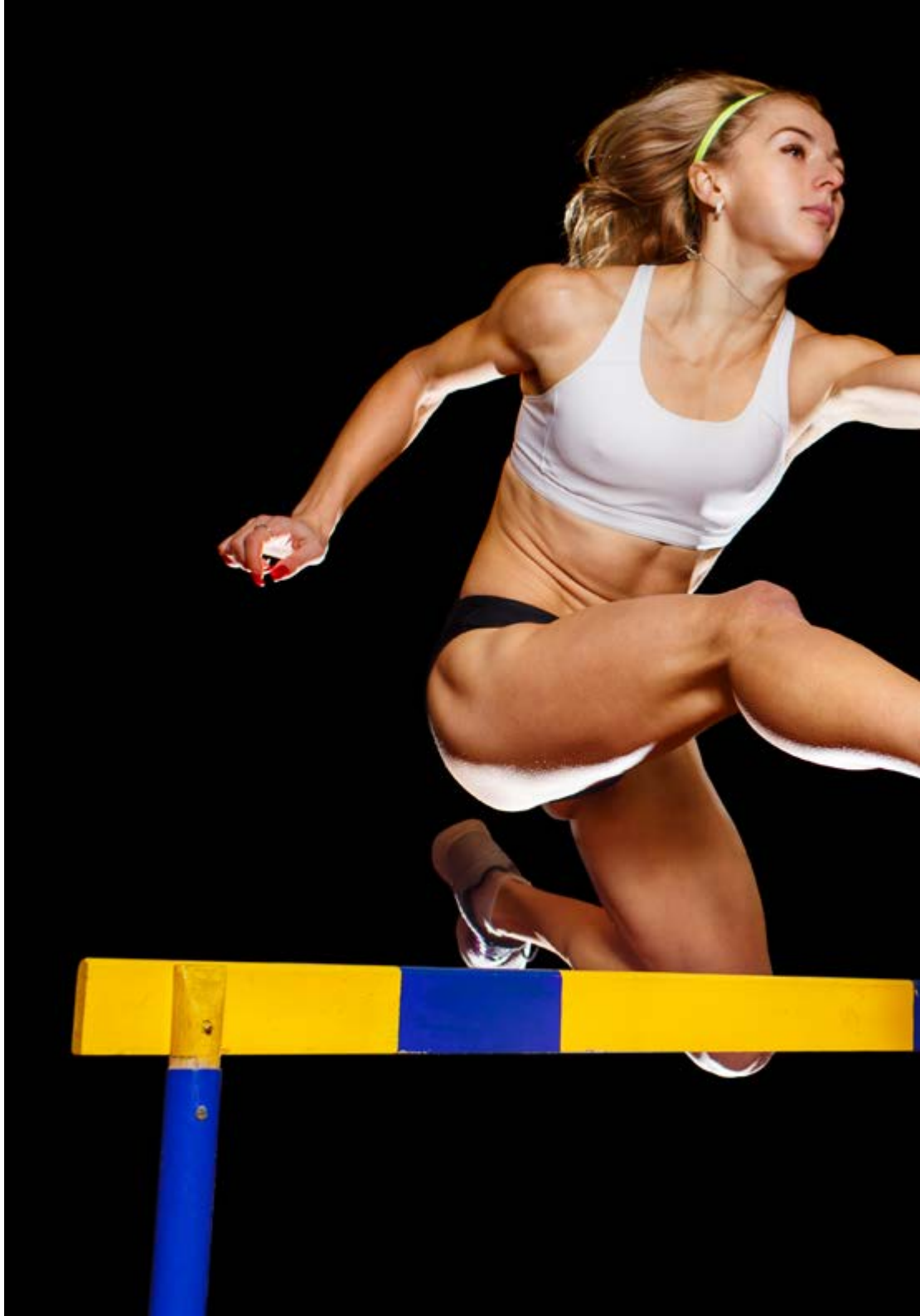
Tendrás una inmersión práctica total en el centro que tú mismo elijas"

03
Objetivos

Esta Capacitación Práctica permite, durante su realización y al finalizar la misma, que el alumnado logre dominar los métodos de entrenamiento más actuales, con la tecnología más vanguardista y las técnicas más recientes en cada disciplina deportiva. Alcanzar estas metas será posible gracias a la estancia junto a preparadores físicos profesionales que cuentan con una alta cualificación y experiencia en este campo.

Objetivos generales

- Dominar y aplicar con certeza los métodos de entrenamientos más actuales para la mejora del rendimiento deportivo
- Manejar con eficacia la estadística para realizar un correcto empleo de los datos obtenidos del atleta, así como para iniciar procesos de investigación
- Asimilar técnicas basadas en la evidencia científica más actual con total aplicabilidad en el campo práctico
- Aplicar los principios que rigen la nutrición en el rendimiento deportivo



Objetivos específicos

- Manejar los aspectos nutricionales que vienen asociados a trastornos alimenticios y lesiones deportivas
- Desarrollar un pensamiento crítico y analítico que le permita generar protocolos y procedimientos innovadores, con diferentes tipos de tecnología
- Dominar la lógica interna de la planificación, así como sus modelos centrales propuestos
- Administrar correctamente y con seguridad los protocolos de los diferentes test y la interpretación de los datos recopilados
- Aplicar los diferentes métodos de optimización del rendimiento a través de los métodos de recuperación
- Incorporar elementos de juicio de observación técnica que permitan discriminar errores en la mecánica de la carrera y dominar los procedimientos para su corrección
- Desarrollar el criterio suficiente para poder sustentar la elección de diferentes métodos de entrenamiento en la aplicación práctica
- Generar las condiciones para la correcta interpretación de los resultados en diferentes tipos de investigación
- Asimilar aspectos claves del sistema neuromuscular, el control motor y su rol en el entrenamiento físico

04

Planificación de la enseñanza

La Capacitación Práctica de este programa en Alto Rendimiento está conformada por una estancia en una empresa relevante en el sector deportivo. Durante 3 semanas, el alumnado estará acompañado por entrenadores físicos profesionales que le indicarán las últimas novedades aplicadas en el Alto Rendimiento Deportivo. El alumnado estará de lunes a viernes con jornadas de 8 horas consecutivas de enseñanza eminentemente práctica para que progrese y acceda a centros de alto nivel o entrene a deportistas y equipos que compiten al máximo nivel.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctico, las actividades están dirigidas al desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para la prestación de servicios de entrenamiento de Alto Rendimiento y condiciones que requieren un alto nivel de cualificación, y que están orientadas a la capacitación específica para el ejercicio de la actividad, en un medio de seguridad para el deportista y un alto desempeño profesional.

Una excelente oportunidad para que el alumnado se desarrolle en un sector que requiere de personal altamente cualificado, que sea no sólo capaz de desarrollar entrenamientos de alto nivel, sino que conozca el ámbito de la nutrición, muy importante para el deportista que desea rendir al máximo nivel en cada competición.

La enseñanza práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que facilite el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis deportiva (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:

Módulo	Actividad Práctica
Fisiología del ejercicio y actividad física	Aplicar los conocimientos de la fisiología del ejercicio en la práctica deportiva
	Trasladar los conocimientos de fatiga, sistemas energéticos y condiciones fisiológicas extremas al ámbito práctico
Estadística aplicada al rendimiento e investigación	Dominar el empleo de estadísticas deportivas en el ámbito del entrenamiento
	Realizar el análisis de diferentes estadísticas descriptivas
	Practicar la recogida de datos y manejar los principales test analíticos en el ámbito deportivo
Entrenamiento de la fuerza, de la teoría a la práctica	Aplicar la práctica del concepto de carga de intensidad y densidad
	Desarrollar métodos de entrenamiento de la fuerza
Entrenamiento de la resistencia de la teoría a la práctica	Planificar ejercicios aeróbicos en torno a la resistencia
	Desarrollar adaptaciones fisiológicas de ejercicios de resistencia para niños y adolescentes
Evaluación del rendimiento deportivo	Realizar evaluaciones deportivas basadas en diferentes tipos de test
	Conocer el empleo práctico de las aplicaciones móviles deportivas en entornos de alto rendimiento
Planificación aplicada al Alto Rendimiento Deportivo	Crear planificaciones deportivas adaptadas a entornos de alto rendimiento
	Aplicar los criterios y fundamentos más importantes en el desarrollo de la planificación deportiva
	Construir planificaciones anuales, plurianuales o a corto plazo

05

¿Dónde puedo hacer la Capacitación Práctica?

TECH mantiene una filosofía basada en programas de calidad y al alcance de todos, donde cada uno de sus participantes alcance sus objetivos profesionales. Siguiendo esta máxima, se ha seleccionado a empresas del ámbito deportivo, donde el alumnado pueda adquirir una enseñanza práctica, útil y de gran aplicación en su labor diaria, en este caso en el ámbito deportivo de Alto Rendimiento.

Avanza en el ámbito del deporte de Alto Rendimiento junto a técnicos que dominan a la perfección las últimas técnicas de entrenamiento"

El alumno podrá cursar esta capacitación en los siguientes centros:

Ciencias del deporte

Olympus Center

País
España

Ciudad
Madrid

Dirección: Calle de Palos de la Frontera, 16, 28012 Madrid

Olympus Center se especializa en el cumplimiento de los objetivos de la persona, atendiendo a su condición física

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Monitor de Gimnasio

Clínica Deportiva Ennufis

País: España
Ciudad: Sevilla

Dirección: Calle Cueva del Gato, 4, bloque D, 41020 Sevilla

Especializados en Entrenamiento Personal, Fisioterapia, Asesoramiento nutricional, Suplementación, Readaptación de lesiones y Rutinas

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo

Selected Trainers Granada Centro

País: España
Ciudad: Granada

Dirección: **Avenida Pablo Picasso 27, Local Izquierdo, 18006 Granada (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Selected Trainers Centro O2 Granada

País: España
Ciudad: Granada

Dirección: **Calle Neptuno, s/n, Ronda, 18004 Granada (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Selected Trainers Centro O2 Huelva

País: España
Ciudad: Huelva

Dirección: **Calle San Sebastián, S/N, 21004 Huelva (España)**

El equipo de profesionales de Selected Trainers diseña entrenamientos personalizados con fines estéticos y de salud

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Entrenamiento Personal Terapéutico

Centro de Entrenamiento Vida

País: España
Ciudad: Sevilla

Dirección: Av. del Aljarafe, 59, Local 12B, 41930 Bormujos, Sevilla

El Centro Vida destaca por su trayectoria y compromiso con la atención personalizada

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo

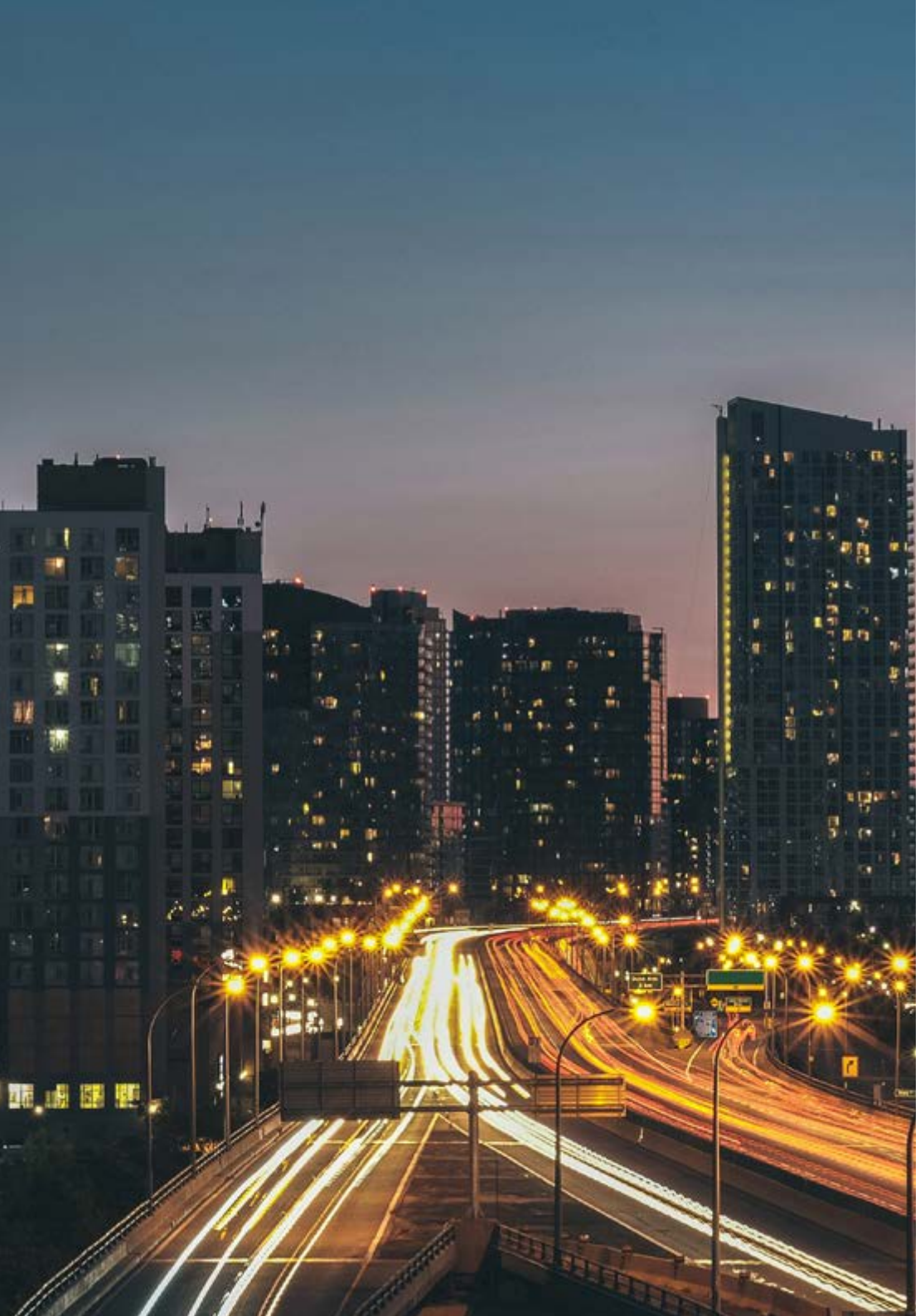
JC TRAINER

País: España
Ciudad: Granada

Dirección: Urbanización El Serrallo, Aixa la Horra, 23, Genil, 18008, Granada

Empresa dedicada al entrenamiento personal, incluyendo clases grupales y entrenamiento online

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo



Fightland A Coruña

País
España

Ciudad
La Coruña

Dirección: Rúa Ramón y Cajal, 7, 15006 A Coruña

Club de boxeo fundado por José Luis Serrano, exboxeador profesional

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Monitor de Gimnasio

Fightland Chamberí

País
España

Ciudad
Madrid

Dirección: C/ del Gral. Álvarez de Castro, 20, Chamberí, 28010 Madrid

Club de boxeo fundado por José Luis Serrano, exboxeador profesional

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Monitor de Gimnasio

Fightland Azca

País
España

Ciudad
Madrid

Dirección: C. de Edgar Neville, 15, Tetuán, 28020 Madrid

Club de boxeo fundado por José Luis Serrano, exboxeador profesional

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Monitor de Gimnasio

Fightland Las Rozas

País
España

Ciudad
Madrid

Dirección: C. Adolfo Pérez Esquivel, 3, Local 2, 28232 Las Rozas de Madrid, Madrid

Club de boxeo fundado por José Luis Serrano, exboxeador profesional

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Monitor de Gimnasio

Wakken

País
México

Ciudad
Ciudad de México

Dirección: Ozuluama 21 B Col. Hipódromo Condesa Del. Cuauhtemoc

Espacio para la actividad física deportiva de alto nivel

Capacitaciones prácticas relacionadas:
-Alto Rendimiento Deportivo
-Periodismo Deportivo

Conocerás de primera mano la realidad laboral del área, en un entorno exigente y gratificante"

06

Condiciones generales

Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de esta institución es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, esta entidad educativa se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.

Condiciones Generales de la Capacitación Práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

1. TUTORÍA: durante la Capacitación Práctica el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico, cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

2. DURACIÓN: el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

3. INASISTENCIA: en caso de no presentarse el día del inicio de la Capacitación Práctica, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/médica, supondrá la renuncia de las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

4. CERTIFICACIÓN: el alumno que supere la Capacitación Práctica recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

5. RELACIÓN LABORAL: la Capacitación Práctica no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

6. ESTUDIOS PREVIOS: algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Capacitación Práctica. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

7. NO INCLUYE: la Capacitación Práctica no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

07

Titulación

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Capacitación Práctica en Alto Rendimiento Deportivo** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

TECH Global University, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra ***(boletín oficial)***. Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

Título: **Capacitación Práctica en Alto Rendimiento Deportivo**

Duración: **3 semanas**

Asistencia: **de lunes a viernes, turnos de 8 horas consecutivas**

Créditos: **4 ECTS**

tech global university

D/Dña _____, con documento de identificación _____ ha superado con éxito y obtenido el título de:

Capacitación Práctica en Alto Rendimiento Deportivo

Se trata de un título propio de 120 horas de duración equivalente a 4 ECTS, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH Global University es una universidad reconocida oficialmente por el Gobierno de Andorra el 31 de enero de 2024, que pertenece al Espacio Europeo de Educación Superior (EEES).

En Andorra la Vella, a 28 de febrero de 2024

Dr. Pedro Navarro Illana
Rector

NBA
Universidad Online Oficial de la NBA

Este título propio se deberá acompañar siempre del título universitario habilitante expedido por la autoridad competente para ejercer profesionalmente en cada país. código único TECH: AFWOR23S techtitute.com/titulos

tech global university

Capacitación Práctica

Alto Rendimiento Deportivo

Capacitación Práctica
Alto Rendimiento Deportivo

Avalado por la NBA

tech global university