

DIPLOMADO EN

METODOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO



Modalidad: 100% en línea | Clases en vivo (sincrónicas)



Horas totales: 120 horas, distribuidas en sesiones teórico-prácticas, talleres y estudios de casos.



Duración total: 6 meses



Módulos: 6 (con aplicación práctica desde el primero)



Certificado con validez curricular y respaldo académico por
UNIES Unidad Internacional de Estudios Superiores.

¿Por qué aprender Metodología del Entrenamiento Deportivo?

Suma a tu perfil una **visión profesional** que te permita **planificar, evaluar y optimizar** el rendimiento deportivo de forma adaptada a cada atleta o equipo. Convierte tu experiencia práctica en un método respaldado por ciencia y reconocido por especialistas del alto rendimiento.

Este diplomado está enfocado en **comprender y aplicar principios científicos del entrenamiento**: fisiológicos, tácticos, técnicos y evaluación de cargas, integrando áreas clave como nutrición, prevención de lesiones y evaluación de cargas. Al finalizar, serás capaz de diseñar programas completos y medibles, dejando atrás la improvisación para trabajar con estructura y objetivos claros.



¿Qué hace único a este programa?

Programa diseñado para profesionalizar y diversificar la labor de entrenadores, preparadores físicos y profesionales del deporte que buscan elevar la calidad de sus programas de entrenamiento

Incluye estrategias prácticas y basadas en evidencia científica para la planificación, evaluación y seguimiento del rendimiento deportivo, con un enfoque integral que abarca desde el alto rendimiento hasta el deporte formativo.

Validez y Reconocimiento

Obtén un Certificado con validez curricular y respaldo institucional, otorgado por **CECUF** y avalado por **UNIES Unidad Internacional de Estudios Superiores**.



Objetivo del diplomado

Formar especialistas que diseñen, implementen y evalúen entrenamientos deportivos basados en ciencia.

Este diplomado es para ti

Creamos este diplomado especialmente para:

- **Entrenadores deportivos** que buscan respaldar su experiencia con formación académica y científica.
- **Preparadores físicos** que desean perfeccionar sus métodos de planificación y evaluación.
- **Profesionales de la salud deportiva** (fisioterapeutas, nutriólogos, psicólogos deportivos, médicos del deporte) que quieran ampliar su impacto en el rendimiento de sus atletas.
- **Estudiantes o egresados de Cultura Física, Ciencias del Deporte o áreas afines** que quieran iniciar su carrera con un método profesional.

Al egresar, serás el candidato ideal para:

- **Profesionalizar** su labor como entrenador o director deportivo
- **Diseñar y ejecutar** planes de entrenamiento basados en evidencia científica.
- **Evaluar y monitorear** el rendimiento de atletas o equipos para optimizar resultados.
- **Integrar estrategias** multidisciplinarias en programas deportivos.

Campo Laboral

El egresado estará preparado para desempeñarse como:

- **Entrenador deportivo o preparador físico** especializado.
- **Coordinador o director** de programas de entrenamiento en clubes, academias o instituciones deportivas.
- **Asesor** en planificación y control de cargas.
- **Integrante de equipos interdisciplinarios** en salud y alto rendimiento.
- **Formador o capacitador** en metodología del entrenamiento.

Requisitos:

- **Experiencia o interés** comprobable en el ámbito deportivo.
- **Conocimientos básicos** en entrenamiento y condición física.
- **Acceso a computadora e internet** para clases en vivo.

Plan de Estudios

Este diplomado fue desarrollado por docentes en activo y especialistas en ciencias del deporte, con amplia experiencia en entrenamiento, evaluación y planificación.

Consta de 6 módulos que podrás aplicar directamente en tu práctica profesional.

Módulos	Créditos
Fundamentos del Entrenamiento Deportivo Comprender los principios básicos del entrenamiento deportivo y su aplicación en la preparación física de los atletas.	20
Planificación y Periodización del Entrenamiento Dotar a los participantes de herramientas para la planificación efectiva del entrenamiento deportivo a corto, mediano y largo plazo.	20
Componentes del Entrenamiento Físico Analizar los componentes del entrenamiento físico y su desarrollo dentro de un programa de preparación deportiva.	20
Evaluación y Monitoreo del Entrenamiento Aplicar herramientas de evaluación para el seguimiento del rendimiento y la optimización de los programas de entrenamiento.	20
Enfoque Multidisciplinario en el Entrenamiento Deportivo Optimizar el rendimiento del atleta de manera integral y sostenible, teniendo en cuenta todos los factores que influyen en su desarrollo físico, mental y táctico.	20
Evaluación Final y Proyecto Aplicado Evaluar el aprendizaje de los participantes mediante un proyecto práctico que implique la aplicación de todo lo aprendido.	20

Aprende de **los expertos**

En **CECUF** contamos con un equipo docente en activo, formado por especialistas en alto rendimiento, preparación física, nutrición, psicología deportiva y prevención de lesiones. Todos cuentan con experiencia real en el campo y comparten casos y estrategias aplicables desde el primer módulo.

Mtro. Daniel Acuña Novelo

- **Especialidad en biomecánica**, propiocepción y técnico en agentes físicos
- **Máster en rehabilitación** y prevención de lesiones
- **Especialista en antropometría ISA**
- **Instructor de cursos** para el departamento de educación de TRX México



Un modelo educativo de vanguardia

- Los diplomados de CECUF se imparten 100% en línea y en vivo, con un enfoque práctico y profesional respaldado por especialistas activos en deporte y salud.
- Podrás estudiar desde cualquier lugar, acceder a la plataforma en todo momento y participar en clases que fomentan la interacción y el aprendizaje colaborativo.
- Incluyen asesorías personalizadas y un modelo flexible que integra tecnología, evidencia científica y recursos educativos actualizados para ofrecer una formación de alto nivel.

Parte de una red de profesionales y aliados académicos

En CECUF trabajamos con un equipo de docentes y colaboradores de distintas disciplinas del deporte, además de mantener alianzas estratégicas con instituciones académicas y organizaciones deportivas que respaldan la calidad de nuestros programas.

Esto nos permite ofrecer formación con estándares actualizados y conexión directa con el entorno profesional real.

Las plazas se están llenando...
¿Te vas a quedar fuera?

Iniciamos el 23 septiembre,
cupo limitado que garantiza la mejor experiencia
y atención personalizada.

Inscríbete hoy y asegura tu lugar

