



Nº de expediente: 008500-000015-22

Fecha: 19.09.2022

Universidad de la República Uruguay - UDELAR



ASUNTO

LA CAP ELEVA PROGRAMA DE ESPECIALIZACIÓN EN ENTRENAMIENTO PARA EL RENDIMIENTO DEPORTIVO (ESPENREDE)

Unidad	MESA DEL ORDEN DEL DIA DE C.D. - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF
Tipo	CURSOS DE ACTUALIZACION Y POST-GRADO
Carrera:	Posgrado
Curso:	ESPECIALIZACIÓN EN ENTRENAMIENTO PARA EL RENDIMIENTO DEPORTIVO (ESPENREDE)
Plan:	
Fecha:	
Período desde:	
Período hasta:	
Nombre:	
Cédula de Identidad:	
Docente:	
Grado:	
Motivo:	

La presente impresión del expediente administrativo que se agrega se rige por lo dispuesto en la normativa siguiente: Art. 129 de la ley 16002, Art. 694 a 697 de la ley 16736, art. 25 de la ley 17.243; y decretos 55/998, 83/001 y Decreto reglamentario el uso de la firma digital de fecha 17/09/2003.-

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 17	Oficina: SECCIÓN SECRETARÍA A COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 03/10/2024 Estado: Cursado
--	--	---

TEXTO

Remitir a DGJ.

Firmado electrónicamente por ANA CECILIA BOZZATTA ARRUA el 15/10/2024 09:57:42.

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
R44.pdf	180 KB	14/10/2024 13:21:28



LA COMISIÓN DIRECTIVA INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA EN SESIÓN ORDINARIA DE FECHA 11 DE OCTUBRE DE 2024, ADOPTO LA SIGUIENTE RESOLUCIÓN:

44.

(Exp. N° 008500-000015-22) - Atento: a la resolución N° 3 adoptada por esta Comisión Directiva del 05/07/24, el informe de la Comisión de Posgrados y el informe presupuestal, se resuelve:

- 1 - Tomar conocimiento y aprobar lo resuelto por la Asamblea del Claustro de ISEF del 27/09/24 en relación a la Especialización en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo (ESPENREDE).
- 2 - Remitir a la Dirección General de Jurídica. Distribuido N° 1097/24.-6 en 6

Remitir a DGJ.

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 18	Oficina: DIRECCION GENERAL DE JURIDICA - OFICINAS CENTRALES Fecha Recibido: 15/10/2024 Estado: Cursado
--	--	--

TEXTO

Pase al Dr. Matko BIRO.

Firmado electrónicamente por Hernan Barrios Armand el 15/10/2024 12:29:30.

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 19	Oficina: DR. MATKO BIRO GUTIERREZ - JURIDICA - OFICINAS CENTRALES Fecha Recibido: 15/10/2024 Estado: Cursado
--	--	--

TEXTO

Se elabora y adjunta informe del EXPE N° 008500-000015-22.

Pase a supervisión de la Dra. Nora Silva.

Firmado electrónicamente por MATKO MILOVAN BÍRO GUTIERREZ el 07/11/2024 07:42:18.

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
Informe del EXPE N° 008500-000015-22.pdf	90 KB	04/11/2024 08:30:33

Dirección General Jurídica – Universidad de la República

Informe del expediente N° 008500-000015-22

Montevideo, 4 de noviembre de 2024

Sra. Directora:

Las presentes actuaciones vuelven a estudio de la Dirección General Jurídica, con motivo de creación de la Especialización en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo (ESPENREDE) del Instituto Superior de Educación Física.

A estos efectos corresponde informar:

1. La presente propuesta motivó un informe jurídico anterior del dicente, el que fechado 21 de diciembre de 2023, luce adjunto en la "Actuación 7" del expediente electrónico.
2. En consideración a lo informado previamente por esta Dirección General, el Servicio de origen elaboró y adjuntó a la "Actuación 12" una nueva versión de la propuesta de creación de la Especialización en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo (ESPENREDE).
3. Ahora bien, previo al análisis del texto finalmente proyectado, corresponde informar al Servicio Universitario que la "Ordenanza de las Carreras de Posgrado" vigente (Res. N° 9 de C.D.C. de 25/IX/2001) se encuentra actualmente en proceso de modificación, siendo evaluada a nivel central una propuesta de nueva Ordenanza cuya aprobación podría suscitar importantes cambios en materia de orientaciones y contenidos de los Planes de Estudio del nivel de posgrado, de los aspectos reglamentarios de dichos Planes y de las Carreras de Especialización en particular (v.gr: tipos de especialización, duración de las carreras, número de créditos de las mismas, trabajos finales, etc.), los cuales impactarían directamente en la tramitación de la presente propuesta.
4. Sin perjuicio de lo anterior, una vez analizado el texto finalmente proyectado, se hace constar que se mantuvo inalterada la redacción del apartado 4 (Público destinatario), en referencia a los requisitos de ingreso y titulaciones admisibles, extremos sobre los que el dicente se pronunció en el numeral 5° de su postrero informe.
5. En cumplimiento de lo observado en el numeral 7 del anterior informe jurídico, fue incorporado en las presentes actuaciones un "informe presupuestal" en materia de costos adicionales que supondrá el dictado de la Especialización (página 49 del documento PDF del expediente electrónico), sin embargo, **no se informa en obrados si se prevé -o no- la existencia de cupos, la existencia de becas totales o parciales y (en su caso) los criterios en base a los cuales estas se asignarán** (artículo 10 inciso 4° de la Ordenanza de las

Dirección General Jurídica – Universidad de la República

Carreras de Posgrado vigente). **Lo anteriormente expuesto, es sin perjuicio de que sobre el punto corresponde el pronunciamiento del Grupo de Trabajo Sobre Desarrollo del Posgrado.**

6. En sesión ordinaria de fecha 27 de setiembre de 2024, la Asamblea del Claustro del ISEF, adoptó la Resolución N° 2 en virtud de la cual “... *sugiere el cobro de matrículas para el sostenimiento de la oferta de formación que garantice una matrícula accesible para los cursantes, así como la posibilidad de implementar un sistema de becas*”. Por su parte, la Comisión Directiva del ISEF, por Resolución N° 44 de fecha 11 de octubre de 2024, tomó conocimiento de lo actuado y aprobó lo resuelto por la Asamblea del Claustro del día 27 de setiembre de 2024. **No obstante ello, se reitera que el Servicio debe solicitar (por Resolución de su Comisión Directiva) autorización al Consejo Directivo Central para el cobro de derechos universitarios por el dictado de la Especialización, debiendo además informar adecuadamente el monto de los derechos universitarios que se propone cobrar, la existencia de eventuales exoneraciones totales o parciales de aquéllos, los criterios con que se otorgarán en su caso y el destino específico de los fondos así recaudados (artículo 10° inciso final de la Ordenanza aplicable).**
7. Finalmente, cabe señalar que fue subsanada razonablemente la observación realizada en el numeral 10 del postero informe jurídico, en cuanto fue adjunto a la “Actuación 15” un “Resumen global del cuerpo docente del posgrado ESPENREDE”, **sin perjuicio de que se recuerda al Servicio que la Comisión Sectorial de Posgrados requerirá mayor información.**
8. Con lo expuesto, vuelvan al Servicio de origen a efectos de que se tome conocimiento de lo informado, teniéndose a bien considerar las sugerencias realizadas y las observaciones jurídicas formuladas o reiteradas en esta instancia.

Es todo cuanto corresponde informar.

Dr. Matko Biro

Dirección General Jurídica
Universidad de la República

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 20	Oficina: DRA. NORA SILVA - JURIDICA - OFICINAS CENTRALES. Fecha Recibido: 07/11/2024 Estado: Cursado
--	--	--

TEXTO

De conformidad.

Se eleva a sus efectos.

Firmado electrónicamente por NORA ALICIA SILVA LÓPEZ el 14/11/2024 14:05:53.

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 21	Oficina: DIRECCION GENERAL DE JURIDICA - OFICINAS CENTRALES Fecha Recibido: 14/11/2024 Estado: Cursado
--	--	--

TEXTO

De acuerdo a lo indicado en actuaciones número 19 y 20 pase a Sección Secretaria de Comisión Directiva del ISEF.

Firmado electrónicamente por NICOLÁS GONZALEZ LABAT el 14/11/2024 14:10:16.

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 22	Oficina: SECCIÓN SECRETARÍA A COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 14/11/2024 Estado: Cursado
--	--	---

TEXTO

Pase a AC ISEF.-

Firmado electrónicamente por ANA CECILIA BOZZATTA ARRUA el 26/11/2024 10:13:43.

	Expediente Nro. 008500-000015-22 Actuación 23	Oficina: SECCIÓN SECRETARÍA DE COMISIONES ASESORAS - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 26/11/2024 Estado: Cursado
--	--	--

TEXTO

pase a CD

Firmado electrónicamente por ANA CECILIA BOZZATTA ARRUA el 19/12/2024 13:43:44.

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
R AC 131224.pdf	274 KB	19/12/2024 13:39:46
ESPENREDEV131224.pdf	395 KB	19/12/2024 13:43:30



Instituto Superior
de Educación Física
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

LA ASAMBLEA DEL CLAUSTRO DEL INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA EN SESIÓN ORDINARIA DE FECHA 13 DE DICIEMBRE DE 2024, ACUERDA:

(008500-000015-22) - A continuación, se realizan las modificaciones y las ampliaciones de información solicitadas por la Dirección General Jurídica en relación a los siguientes puntos.

"1. A la consideración de "se hace constar que se mantuvo inalterada la redacción del apartado 4 (Público destinatario), en referencia a los requisitos de ingreso y titulaciones admisibles".

4 Público destinatario

La ESPENREDE está orientada a quienes hayan egresado de la Licenciatura en Educación Física en particular y graduados y graduadas universitarias en general cuyo ámbito de desempeño profesional sea el deportivo (en las áreas del entrenamiento, la preparación física, el entrenamiento personalizado, el análisis táctico, la readaptación física, etc.).

2. En relación a que el Servicio debe solicitar (por Resolución de su Comisión Directiva) autorización al Consejo Directivo Central para el cobro de derechos universitarios por el dictado de la Especialización, debiendo además informar adecuadamente el monto de los derechos universitarios que se propone cobrar, la existencia de eventuales exoneraciones totales o parciales de aquéllos, los criterios con que se otorgarán en su caso y el destino específico de los fondos así recaudados (artículo 10° inciso final de la Ordenanza aplicable).

a) La solicitud de autorización al Consejo Directivo Central para el cobro de derechos universitario la adjunta la Comisión Directiva.

b) Se propone un cupo de 40 estudiantes por cohorte.

c) Los derechos universitarios por estudiante serán de 50 Unidades reajustables (link).

d) Se concederán becas hasta un 30% del total de los admitidos, repartidas 30% de ellas entre docentes y 70% entre egresados/as de la Udelar. Para el otorgamiento de exoneraciones se requerirá la solicitud expresa del estudiante, indicando a qué beca aplica, adjuntando la documentación requerida.

1) Docentes G1, G2 y G3 de media y alta dedicación (exoneración del 50 %)

2) Docentes G1, G2 y G3 de baja dedicación (exoneración del 30 %)

Para el caso de las becas a egresados se otorgarán dos tipos de becas:

3) Un 50% tendrán una exoneración total de los derechos universitarios.

4) Un 50% tendrán una exoneración del 50% de los derechos universitarios.

Para la selección de los candidatos se considerará la escolaridad en la carrera de grado. En caso de registrarse igualdad entre las escolaridades de los candidatos se tendrá en cuenta la edad, privilegiando a los aspirantes de menor edad.

Además, en la convocatoria de cada cohorte se podrán contemplar criterios específicos para el otorgamiento de becas como, por ejemplo, la paridad de género, las situaciones de alta vulnerabilidad, etc.

e) Los fondos recaudados estarán destinados por este orden: 1) cubrir los gastos relacionados a la gestión de la Universidad y del Servicio (ISEF); 2) pago de horas docentes de la especialización; 3) los excedentes irán destinados al presupuesto de gastos e inversiones del ISEF que serán repartidos entre gastos generales y gastos específicos como por ejemplo los vinculados al Laboratorio de Fisiología del Ejercicio. 10 en 10



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Montevideo

Parque Batlle s/n
24800 1002 - 2486 1866

Malvín Norte

Rambla Euskal Erría 4101
25265873

Maldonado CURE

Tacuarembó esq. Av. Aparicio Saravia
4225 5326 (telefax)

Rivera CUR

Ituzaingó 667
462 26313

Paysandú CUP

Florida 1065
4723 8342-int 107

PROGRAMA DE ESPECIALIZACIONES EN EDUCACIÓN FÍSICA
ESPECIALIZACIÓN EN ENTRENAMIENTO PARA EL RENDIMIENTO
DEPORTIVO (ESPENREDE)

1. Presentación
2. Fundamentación y antecedentes
3. Objetivos
4. Público destinatario
5. Perfil de egreso y títulos otorgados
6. Organización curricular del programa
7. Sumarios

1 Presentación

Enmarcado en su proceso de fortalecimiento académico y de acuerdo con los lineamientos establecidos en la Ordenanza de las Carreras de Posgrado, el Instituto Superior de Educación Física (ISEF) inaugura el Programa de Especialización en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo (ESPENREDE), que tiene un perfil preponderantemente profesional.

Actualmente ISEF no posee programas de posgrado en el área del entrenamiento para el rendimiento deportivo. El actual emprendimiento pretende ampliar la oferta académica de ISEF y, con ella, beneficiar al campo de estudio, a los profesionales del área y a la sociedad en su conjunto.

2 Fundamentación y antecedentes

El deporte es un fenómeno altamente complejo que implica múltiples áreas de desarrollo en diferentes contextos. Son numerosos los/as profesores/as y licenciados/as en Educación Física que trabajan en el tejido deportivo tanto a nivel federado como en otras formas de competición formal, ya sea con deportistas en etapas de formación, deportistas aficionados o de alto rendimiento. Vale destacar que de todas las áreas que los egresados y egresadas del ISEF manifiestan interés en realizar estudios de especialización, el rendimiento deportivo es la más nombrada, como menciona el primer relevamiento nacional de egresados del Instituto Superior de Educación Física 2014 (UAPEP-ISEF, 2015).

Los continuos avances en los conocimientos científicos y técnicos en el entrenamiento para el rendimiento deportivo exigen de la Universidad de la República y de la formación en Educación Física un espacio de estudio específico y especializado en las distintas temáticas que conciernen al deporte. En este sentido, esta especialidad supone un abordaje de los saberes y contenidos que profundizan en las bases teóricas y prácticas del entrenamiento que por su especificidad no son objeto de estudio a nivel de grado.

Desde esta perspectiva, proveer de recursos humanos especializados en el campo del entrenamiento y el rendimiento deportivo puede constituir un componente transformador que influya positivamente en la calidad del sistema deportivo de nuestro

país. Las acciones profesionales de quienes egresen de la ESPENREDE pueden colaborar en diversas direcciones:

- Mejorando el proceso de entrenamiento de los y las deportistas, independientemente de su nivel de participación (deportistas en formación, aficionados, de alto rendimiento).
- Aproximando el trabajo de campo y la formación académica.
- Participando en el diseño de programas destinados a mejorar el tejido deportivo nacional.

A modo de antecedentes en el propio seno de ISEF importa destacar los cursos de especialización y de formación permanente que se ofrecieron entre los años 2000 y 2007 en el entonces Departamento de Posgrados. En ese momento el ISEF, en el intento de satisfacer las necesidades de quienes egresaron de sus carreras, organizó entre otras propuestas dos Diplomas de Especialización en Preparación Física (2001-2002 la primera edición con 150 inscripciones y 2005-2006 su segunda edición con 70 inscripciones), contando para ello con referentes académicos y profesionales nacionales y extranjeros en las temáticas específicas del entrenamiento deportivo. La estructura curricular de dichas especializaciones constó de 12 módulos, 3 seminarios y la presentación de un trabajo final que sumaban una carga total de 918 horas (entre presenciales y no presenciales) equivalentes a 61 créditos computados según la Ordenanza de las Carreras de Posgrados de Udelar. Estos cursos volcaron al campo profesional del rendimiento deportivo de nuestro país recursos humanos altamente calificados.

Finalmente, enfatizamos la pertinencia del Programa de Especializaciones mencionando las contribuciones que el mismo puede ofrecer al campo académico y profesional de la Educación Física. Entre otras maneras:

- Ofreciéndole al profesional egresado posibilidades de perfeccionamiento y especialización que lo preparen para enfrentar un campo laboral cada vez más amplio y exigente, y contribuya a su formación permanente y actualización de conocimientos en un área de constantes avances y cambios.
- Formando especialistas que puedan actuar en la docencia de nivel superior.
- Estimulando y facilitando la continuidad del estudiantado en su formación de posgrado.

3 Objetivos

La ESPENREDE tiene como objetivo general la formación de especialistas calificados en los diferentes aspectos que conciernen a la planificación, ejecución, control y evaluación de programas de entrenamiento orientados al rendimiento deportivo, en todos los niveles de participación (deportistas en fase de formación, deportistas aficionados, deportistas de alto rendimiento).

Partiendo del estudio de los fundamentos teóricos y metodológicos del entrenamiento deportivo, y tomando en consideración los diversos aspectos culturales que conciernen a las prácticas deportivas, la ESPENREDE pretende brindar los elementos necesarios para la adecuada confección de programas de entrenamiento orientados al desarrollo de la técnica, la táctica y la condición física en el ámbito del rendimiento deportivo.

Como objetivos específicos la ESPENREDE se propone:

- Profundizar los conocimientos relacionados con las dimensiones técnica, táctica y biológica del entrenamiento deportivo.
- Facilitar conocimientos actualizados en el área de especialización, acordes a los últimos aportes de la ciencia y la tecnología.

- Estimular a quienes desean insertarse o permanecer en el ámbito universitario que continúen su formación de posgrado.

4 Público destinatario

La ESPENREDE está orientada a quienes hayan egresado de la Licenciatura en Educación Física en particular y graduados y graduadas universitarias en general cuyo ámbito de desempeño profesional sea el deportivo (en las áreas del entrenamiento, la preparación física, el entrenamiento personalizado, el análisis táctico, la readaptación física, etc.)

5 Perfil esperado del egresado y títulos otorgados

Se espera que quienes egresen de la ESPENREDE adquiera competencias que le permitan desempeñarse con solvencia en áreas de trabajo que oscilan desde el entrenamiento en etapas formativas hasta el alto rendimiento deportivo, incluyendo el entrenamiento de deportistas amateur y aficionados.

Concretamente, quienes egresen de la ESPENREDE tendrán la capacitación para desempeñar tareas de elaboración, implementación, evaluación y acompañamiento de programas de entrenamiento deportivo.

El título otorgado será el de "Especialista en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo".

6 Organización curricular del programa

Aspectos generales

La ESPENREDE consta de 60 créditos distribuidos de la siguiente manera: 40 créditos de formación en cursos y seminarios específicos, 10 créditos de formación en metodología específica, y 10 créditos por el trabajo final de conclusión de la Especialización. La duración de la especialización es de 18 meses.

Quienes aprueben los requisitos académicos establecidos en el Plan de Estudios correspondiente, obtendrán el Título de "Especialista en Entrenamiento para el Rendimiento Deportivo".

Organización curricular del programa propiamente dicho

El programa educativo ha sido organizado en los siguientes componentes o troncos: (0) Formación de nivelación propedéutica (en caso de corresponder, y en función del título y formación del aspirante, la CAP-ISEF definirá la forma de cumplir con este requisito, con el cursado de determinadas unidades curriculares de la Licenciatura o Tecnicatura, cursos de educación permanente, u otra); (1) Formación en metodología específica; (2) Formación en cursos y seminarios; (3) Trabajo final. A su vez, la formación en cursos y seminarios está dividida en (a) Área de formación general que nuclea temáticas comunes y de relevancia para todos los profesionales de la educación física y el deporte y (b) Área de formación específica relativa a temáticas del rendimiento deportivo.

1) Formación metodológica (10 C)

- Evaluación y estadística aplicada (6 C)
- Seminario de trabajo final (4 C)

2) Formación en cursos y seminarios (40 C)

a) Área de formación general (20 C)

a1) Cursos obligatorios (10 C)

- Debates contemporáneos de la Educación Física y el Deporte en el ámbito del rendimiento (4 C).
- Aspectos biológicos del movimiento y entrenamiento (6 C).

a2) Cursos optativos (10 C)

- Cursos de posgrado que contribuyan a la formación general del/la estudiante y amplíen la oferta de formación de la especialización.

b) Área de formación específica (20 C)

- Entrenamiento de las capacidades motoras (6 C)
- Entrenamiento de la técnica y la táctica en los deportes (6 C)
- Planificación y control del entrenamiento (4 C)
- Perspectivas y avances en el estudio del rendimiento en los deportes (4 C)

3) Trabajo final.

La ESPENREDE culmina con la elaboración, defensa y aprobación de un trabajo final vinculado al área de la especialización, el que deberá ser estrictamente individual y original.

La modalidad y área temática para el trabajo final serán acordados entre el estudiante y los potenciales tutores.

Tronco	Área	Nombre del curso	Créditos
Formación metodológica		Evaluación y estadística aplicada	6
		Seminario de trabajo final	4
Formación en cursos y seminarios	Área de formación general	Debates contemporáneos de la Educación Física y el Deporte en el ámbito del rendimiento	4
		Aspectos biológicos del movimiento y entrenamiento	6
		Cursos optativos	10
	Área de formación específica	Entrenamiento de las capacidades motoras	6
		Entrenamiento de la técnica y la táctica en los deportes	6
		Planificación y control del entrenamiento	4
		Perspectivas y avances en el estudio del rendimiento en los deportes	4
Trabajo final		Trabajo vinculado al área de la especialización	10

7 Sumarios

Evaluación y estadística aplicada

Introducción a las nociones fundamentales de estadística y ciencia de datos, sus principales conceptos y herramientas (incluyendo software) de estadística descriptiva y estadística inferencial más comúnmente utilizados en las investigaciones del área de la Salud y la Educación Física que pueden aplicarse a las diferentes evaluaciones del rendimiento deportivo.

Seminario de trabajo final

El Seminario de Trabajo Final tiene como propósito acompañar el desarrollo de los trabajos definidos por cada estudiante para consolidar su formación de egreso, sean monográficos o proyectos de intervención. La monografía consiste en una elaboración académica que aborda el estado de arte o el relevamiento bibliográfico y de fuentes, sobre uno de los temas específicos de la cursada de la Especialización. El tema elegido será objeto de exposición, análisis y ensayo de posibles conclusiones. En relación al proyecto de intervención, la propuesta partirá de identificar un problema circunscrito a la temática de la Especialización. Una vez definido será objeto de un proyecto de intervención que incluirá: su planificación, una propuesta de implementación, y una de evaluación de posibles resultados (esperados). El seminario se constituirá como un espacio para discutir, valorar, corregir, profundizar y mejorar los trabajos.

Debates contemporáneos de la Educación Física y el Deporte en el ámbito del rendimiento

Presentación de producciones que abordan prácticas deportivas orientadas al rendimiento en diferentes escenarios (deporte infantil, comunitario, promoción de salud, recreación, etc.) en el mundo y en el Uruguay. Problematicación y análisis de acuerdo a diferentes teorías, sentidos y significados del deporte y la educación física en la cultura local. Abordaje de temas y problemas éticos vinculados a la práctica.

Aspectos biológicos del movimiento y entrenamiento

Revisión y profundización de los conocimientos anatómicos y biomecánicos fundamentales para el análisis de los gestos deportivos destacando la estructura y función de los diferentes órganos y sistemas que influyen en la actividad física y deportiva. Presentación del conocimiento actualizado de las respuestas y adaptaciones fisiológicas y moleculares del organismo a las diferentes modalidades de ejercicio físico y entrenamiento. Abordaje de los aspectos más relevantes de los avances de las neurociencias en su relación con el control y el aprendizaje motor.

Entrenamiento de las capacidades motoras

Con base en los fundamentos fisiológicos, pedagógicos, psicológicos y metodológicos que deben sustentar todo proceso de entrenamiento, presentación de los últimos avances conceptuales y metodológicos en el entrenamiento de la Fuerza, Resistencia, Velocidad, Flexibilidad, Coordinación. Análisis del desarrollo y evolución normal de las distintas capacidades motoras desde la infancia a la vejez, destacando las particularidades especiales (fisiológicas, psicológicas, pedagógicas y metodológicas) del entrenamiento para cada fase de la vida.

Entrenamiento de la técnica y la táctica en los deportes

La técnica y la táctica de los deportes, puestas en juego en los diferentes contextos de competición y entrenamiento, son factores clave en el rendimiento deportivo. Si bien las acciones técnicas y tácticas son específicas de cada deporte, hay toda una serie de elementos comunes que permiten optimizar los procesos de entrenamiento. A través de ejemplos, tanto de deportes individuales como colectivos, revisión de aspectos clave en la elaboración de las tareas, la adecuación a los/as deportistas y los contextos situacionales en las que se realizan.

Planificación y control del entrenamiento

Comprensión del proceso de planificación y periodización como elemento primordial en el entrenamiento, estudiando las herramientas teóricas y metodológicas necesarias para diseñar un programa de entrenamiento. Facilitación de conocimientos actualizados y habilidades necesarias para llevar a cabo programas de evaluación de la aptitud física y del rendimiento. Se buscará promover un adecuado análisis e interpretación de los resultados de la evaluación de forma que se puedan aplicar al diseño y control de programas de ejercicios y entrenamiento.

Perspectivas y avances en el estudio del rendimiento en los deportes

Revisión de las últimas tendencias de investigación en rendimiento deportivo. Discusión de los resultados y las metodologías utilizadas en algunas de las investigaciones más recientes en los aspectos de evaluación y análisis del rendimiento deportivo, así como en procesos de entrenamiento tanto de la técnica, la táctica y la condición física. Con especial atención serán tratadas las investigaciones realizadas por grupos de investigación en Uruguay.