



**Nº de expediente: 331420-000050-25**

**Fecha: 20.05.2025**

**Universidad de la República Uruguay - UDELAR**



**ASUNTO**

**JOSÉ RIVERO ESTUDIANTE DE LA LEFOPE PLAN 2014, SOLICITA ACREDITACIÓN AL ÁREA DE OPTATIVAS DE SU CARRERA**

Unidad	SECCIÓN SECRETARÍA COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF
Tipo	ASIGNACION DE CREDITOS - SOLICITUD
Carrera:	LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA
Curso:	VARIOS
Plan:	2014
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.-

	<b>Expediente Nro. 331420-000050-25</b> <b>Actuación 1</b>	Oficina: BEDELÍA CARRERAS RIVERA - CENUR NORESTE Fecha Recibido: 20/05/2025 Estado: Cursado
--	---	--

**TEXTO**

Firmado electrónicamente por CARLA JAQUELINE SILVEIRA RODRIGUEZ el 20/05/2025 08:59:22.

Nombre Anexo	Tamaño	Fecha
Cédula 51200306.pdf	187 KB	20/05/2025 08:58:16
formulario-adjudicacion-de-creditos-1_250516_161946.pdf	116 KB	20/05/2025 08:58:16
eduper certificado 2024_Luchas_Ignacio Rivero.pdf	80 KB	20/05/2025 08:58:16
LUCHAS COMO CONTENIDO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR_firmado (1).pdf	321 KB	20/05/2025 08:58:16
eduper certificado 2024_Ignacio Rivero_EstApt.pdf	81 KB	20/05/2025 08:58:59
programa-EDUPER2024_apitud_física_cali_vid - copia.pdf	153 KB	20/05/2025 08:58:59

**Descripción de Anexos**

- 1- CI
- 2- Formulario
- 3- Certificado "luchas como contenido de la ed. física escolar"
- 4- Programa "luchas como contenido de la ed. física escolar"
- 5- Certificado "aptitud física"
- 6- Programa "aptitud física"





UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA URUGUAY

SECCIÓN BEDELÍA  
ADJUDICACIÓN DE CRÉDITOS

Jefe de Sección Bedelía del Centro:

CENUR - Noreste

Montevideo

CURE - Maldonado

CENUR Litoral Norte - Paysandú

Día Mes Año

Quien suscribe \_\_\_\_\_

C.I. \_\_\_\_\_

solicita iniciar trámite para adjudicación de créditos para el tronco complementario optativo de la carrera

según el siguiente detalle:

INSTITUTO <input type="checkbox"/> FACULTAD <input type="checkbox"/> ESCUELA <input type="checkbox"/> OTROS <input type="checkbox"/>	Unidad Curricular aprobada para Adjudicación

Firma

Ignacio Rivero

Contrafirma



UNIVERSIDAD  
DE LA REPÚBLICA  
URUGUAY

SECCIÓN BEDELÍA  
**ADJUDICACIÓN DE  
CRÉDITOS**

**Datos del /la solicitante**

Teléfono \_\_\_\_\_

Celular \_\_\_\_\_

Correo Electrónico \_\_\_\_\_

**Para ser llenado en Bedelía**

Fecha de Recepción del trámite \_\_\_\_\_

**Documentación que se adjunta**

Constancia de Aprobación

Programas sellados y firmados en cada hoja

Fotocopia autenticada de Cédula de Identidad

Otros \_\_\_\_\_

Funcionario \_\_\_\_\_

Resolución \_\_\_\_\_





# Certificado

Se certifica que **Ignacio Rivero** CI 5.120.030-6 aprobó con **12** el Curso de Educación Permanente: “**Luchas como contenido de la educación física escolar**”. Dicha propuesta hizo parte de la oferta de cursos de Educación Permanente de la Sede Rivera – CENUR Noreste, en el año 2024. Se llevó a cabo durante el segundo semestre con una carga horaria total de **20h**. Teniendo como Docente responsable a la Dr. Thiago Silva de Souza.

---

Docente Sebastián Güida  
Unidad Educación Permanente – Sede Rivera

Unidad de Apoyo a la Enseñanza – Sede Rivera  
Guido Machado Brum 2450 Tel Fax: 4622 6313, int 137  
uae@cur.edu.uy  
Rivera - Uruguay

## LUCHAS COMO CONTENIDO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR

Prof. Dr. Arisson Vinícius Landgraf Gonçalves

Profesor Adjunto del Instituto de Educación de la Universidad Federal de Río Grande (FURG). Doctor en Ciencias de la Educación por la Universidad Federal de Río Grande (FURG). Maestría en Educación en Ciencias por la Universidad Federal de Río Grande (FURG). Licenciado en Educación Física por la Universidad Federal de Pelotas (UFPEL). Miembro del Grupo de Investigación y Formación en Educación Física (GRUPESF). Profesor Supervisor del Subproyecto de Educación Física del Programa de Residencia Pedagógica. Actual coordinadora de la carrera de Educación Física de la Universidad Federal de Río Grande (FURG).

Prof. Dr. Thiago Silva de Souza

Profesor Adjunto del Instituto Superior de Educación Física (ISEF) en el Centro Universitario Regional Noreste (CENUR Noreste) de la Universidad de la República (UdelaR). Doctor en Educación Física por la Universidad Federal de Pelotas. Maestría en Educación en Ciencias de la Universidad Federal de Río Grande. Coordina el Grupo de Investigación Prácticas Corporales, Cuerpo y Territorialidades (PRACUT).

### Programa del curso:

Estudio y problematización de las prácticas de lucha asumidas como elemento de la cultura corporal. Historia del establecimiento de estas prácticas como objeto de interés para la Educación Física, ya sea en los currículos de formación docente o en los currículos de educación básica. Observación, vivencias y caracterización de acciones corporales involucradas en prácticas de lucha realizadas en diversos espacios educativos, especialmente en la escuela.

### Propuesta de evaluación:

Al final del primer módulo, los participantes, reunidos en pequeños grupos, deben elaborar una propuesta de lucha didáctica, con el objetivo de atender una realidad escolar específica a partir de la comprensión de los contenidos desarrollados en el curso. La entrega será al finalizar el segundo módulo en versión física o digital previa presentación en un seminario. Además, se propone una evaluación individual que consistirá en la elaboración de un mapa conceptual que permita a cada estudiante reflexionar sobre los principales conceptos tratados en el curso.

### Bibliografía:

BOEHL, Walter Reyes; LIMA, Leonardo da Silva; FONSECA, Denise Grosso da. (In)Justificativas e (im)possibilidades do professor de educação física em adotar as lutas como unidade temática. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 16, n. 1, p. 69-77, jan./jun. 2018. <http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/index>

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>

GONÇALVES, A. V. L.; SILVEIRA, R. Arte marcial e esporte: um estudo etnográfico sobre uma equipe de judô de Pelotas –RS. **Movimento**, Porto Alegre, v. 18, n. 02, p. 129-147, abr/jun, 2012.

GONÇALVES, A. V. L.; SILVA, M. R. S. Artes marciais e lutas: uma análise da produção de saberes no campo discursivo da educação física brasileira. **Rev. Bras. Ciênc. Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 657-671, jul./set., 2013.

GONÇALVES, A. V. L.; SILVA, M. R. S. Sobre invenções e capturas: lutas, educação física e currículo. **Rev Bras Educ Fís Esporte**, São Paulo, v.31, n.3, p.571 - 82 jul/set. 2017.

GRESPLAN, Carla Lisbôa. **Mulheres no octógono: performatividades de corpos, de gêneros e de sexualidades**. Curitiba: Appris, 2015.

NASCIMENTO, P.R.B.; ALMEIDA, L. A tematização das lutas na Educação Física Escolar: restrições e possibilidades. **Revista Movimento**. Porto Alegre, v. 13, n. 3, p. 91-110, setembro/outubro de 2007.

NUNES, Cláudio Ricardo Freitas. **Corpos na Arena—um olhar etnográfico sobre a prática das artes marciais combinadas**. 2004. 251 f. Diss. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano)—Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2004.

RIO GRANDE DO SUL. **Referenciais Curriculares do Estado do Rio Grande do Sul**: linguagens, códigos e suas tecnologias. Porto Alegre-RS, 2009.

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. **Pedagogia do esporte e das lutas: em busca de aproximações**. Rev. bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo, v.26, n.2, p.283-300, abr./jun. 2012.

RUFINO, L. DARIDO, S. **O ensino das lutas na escola**: possibilidades para a educação física. Porto Alegre: Penso, 2015.

SOARES, Carmen Lúcia; TAFFAREL, Celi Nelza Zulke; VARJAL, Elizabeth; FILHO, Lino Castellani; ESCOBAR, Micheli Ortega; BRACHT, Valter. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 2012.



# Certificado

Se certifica que **Ignacio Rivero** CI 5120030-6 aprobó con **12** el Curso de Educación Permanente: “**Estudio de la aptitud física y la calidad de vida relacionada con la salud**”. Dicha propuesta hizo parte de la oferta de cursos de Educación Permanente de la Sede Rivera – CENUR Noreste, en el año 2024. Se llevó a cabo durante el segundo semestre, con una carga horaria total de **30h**. Teniendo como Docente responsable a la Mag. Sofia Fernández Giménez y el equipo docente conformado por: Mag. Corvos César, Mag. Pintos Enrique y Mag. De Souza Franco.

Docente Sebastián Güida  
Unidad Educación Permanente – Sede Rivera

Unidad de Apoyo a la Enseñanza – Sede Rivera  
Guido Machado Brum 2450 Tel Fax: 4622 6313, int 137  
uae@cur.edu.uy  
Rivera - Uruguay



EDUCACIÓN PERMANENTE  
Universidad de la República

## **Estudio de la aptitud física y calidad de vida relacionada con la salud**

### **Introducción**

La aptitud física se define como aquella habilidad de llevar a cabo diferentes tareas cotidianas con vigor y atención, sin experimentar fatiga y hacer frente a algún imprevisto (Physical Activity Guidelines Advisory Committee, 2008). Ésta puede relacionarse tanto con la performance motora, así como, con la salud y calidad de vida. En cuanto a su relación con la salud, se han definido varios componentes, tales como resistencia aeróbica, la fuerza y resistencia muscular, la composición corporal y la flexibilidad (ACSM, 2018). Estos componentes, en sus niveles adecuados, pueden proporcionar más energía para las actividades en tiempo libre y el trabajo, así también menor riesgo de desarrollar enfermedades o condiciones crónicas degenerativas asociados a bajos niveles de actividad física habitual (Nahas, 2017). Por otra parte, el comportamiento sedentario (CS) es definido como el tiempo de estar sentado, recostado o reclinado  $\geq 6$  h/d (Pate et al, 2015; Pate et al, 2018). Este umbral se ha demostrado previamente que está asociado a un mayor riesgo de incidencia de enfermedad cardiovascular, diabetes, cáncer y mortalidad por todas las causas entre hombres y mujeres (Pate et al, 2015; Pate et al, 2018; Patterson et al, 2018). En éste orden de ideas, se ha demostrado ampliamente que las personas físicamente activas en comparación con las que no lo son, pueden tener menor riesgo de mortalidad y enfermedad, hipertensión arterial, accidente cerebrovascular, diabetes tipo 2, síndrome metabólico, cáncer de colon, cáncer de mama y depresión, además de presentar una composición corporal más saludable, un perfil bioquímico más favorable para la prevención de enfermedad cardiovascular (Warburton, et al, 2006), así como la depresión, salud funcional, las caídas y la función cognitiva (ACSM, 2018).

Por esta razón, el ejercicio el ejercicio físico, considerado un tipo de AF planificada, estructurada de movimientos corporales repetitivos (Caspersen et al, 1985), tiene como principal objetivo la mejora y/o el mantenimiento de la aptitud física (Nahas, 2017). En este sentido, se hace necesario brindar herramientas y concientizar a profesionales, futuros profesionales y a la comunidad universitaria acerca de los beneficios de tener una óptima aptitud física relacionada con la vida cotidiana, alertar sobre las posibles consecuencias del comportamiento sedentario.

### **Objetivos**

Estudiar las diferentes pruebas de aptitud física relacionada con la salud.

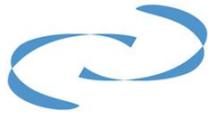
Aplicar pruebas de aptitud física a la comunidad universitaria.

Perfeccionar el conocimiento tanto en la búsqueda de información como en la elaboración del informe por medio de herramientas estadísticas.

Elaborar un informe con los resultados derivados de las pruebas realizadas.

### **Contenidos**

**Módulo 1. ESTUDIO DE LA VALORACIÓN DE LA APTITUD FÍSICA.** Medición y evaluación, importancia de estas. Evaluación de la calidad de vida relacionada con la salud. Prueba para evaluar la composición corporal. Pruebas de campo para evaluar la aptitud



EDUCACIÓN PERMANENTE  
Universidad de la República

aeróbica. Evaluación de la fuerza y resistencia musculares. Evaluación del equilibrio. Evaluación de la flexibilidad.

**Módulo 2. APLICACIÓN DE PRUEBAS DE APTITUD FÍSICA.**

**Módulo 3. BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN Y REVISIÓN DE LA LITERATURA.**

Operadores booleanos. Bases de datos y revistas específicas arbitradas y especializadas.

**Módulo 4. HERRAMIENTAS ESTADÍSTICAS Y REDACCIÓN DE HIPÓTESIS.**

Enfoque cuantitativo. Estadística inferencial. Pruebas paramétricas. Comparación de medias.

**Módulo 5. INFORME DE RESULTADOS.** Propuesta de trabajo final.

**Docente Responsable:**

Mag. Sofía Fernández<sup>1,2,3</sup> ([fergimsofia@gmail.com](mailto:fergimsofia@gmail.com))

**Docentes del curso:**

Mag. César Corvos Hidalgo<sup>1,2</sup>.

Mag. Enrique Pintos<sup>1,2,3</sup>.

Mag. Franco de Souza<sup>1,2</sup>.

<sup>1</sup>Instituto Superior Educación Física / Universidad de la República, CNUUR Noreste, Uruguay.

<sup>2</sup>Grupo de Investigación en Análisis del Rendimiento Humano, Rivera, Uruguay.

<sup>3</sup>Polo de Desarrollo Universitario “Educación Física y Calidad de Vida” (PDU EFISAL) / Universidad de la República, CENUR Noreste.

**Modalidad**

- Modalidad de cursada: Presencial. Carga horaria: 36 horas.

Fecha y horario tentativo: Semestre 2024/2. Setiembre-octubre. Días: miércoles y viernes (16:00 – 18:00).

**Destinatarios**

Se tiene como prioridad atender a estudiantes avanzados de la Licenciatura en Educación Física opción Prácticas Educativas, pero queda abierta la posibilidad de que egresados universitarios, docentes y funcionarios de la Universidad de la República con un perfil orientado hacia la temática puedan concurrir.

**Inscripciones**

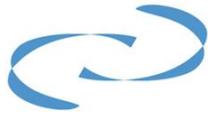
Formulario Unidad de Apoyo a la Enseñanza ([enlace](#))

Cupos: 25 cupos disponibles.

**Evaluación**

Formulario evaluación Unidad de Apoyo a la Enseñanza.

Tarea final.



EDUCACIÓN PERMANENTE  
Universidad de la República

### **Certificación**

Unidad de Apoyo a la Enseñanza del Centro Universitario de Rivera.

### **Referencias**

American College of Sports Medicine [ACSM] (2018). *ACSM's Guidelines for Exercise Testing and Prescription* (10<sup>ma</sup> ed). Philadelphia, PA: Wolters Kluwer.

Caspersen CJ, Powell KE, Christenson GM. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for healthrelated research. *Public Health Rep.* 100(2):126–31.

Nahas MV. (2017). *Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo*. Ed: do autor (7<sup>ma</sup> ed). Florianópolis.

Physical Activity Guidelines Advisory Committee. *Physical Activity Guidelines Advisory Committee Report, 2008* [Internet] (2008). Washington (DC): U.S. Department of Health and Human Services. 683 p.

Patel AV, Hildebrand JS, Campbell PT, et al. (2015). Leisure-time spent sitting and sitespecific cancer incidence in a large US cohort. *Cancer Epidemiol Biomarkers Prev.* 24:1350-1359.

Patel AV, Maliniak ML, Rees-Punia E, Matthews CE, Gapstur SM. (2018). Prolonged leisure time spent sitting in relation to cause-specific mortality in a large US cohort. *Am J Epidemiol.* 187:2151-2158.

Patterson R, McNamara E, Tainio M, et al. (2018). Sedentary behaviour and risk of all-cause, cardiovascular and cancer mortality, and incident type 2 diabetes: a systematic review and dose response meta-analysis. *Eur J Epidemiol.* 33:811-829

Warburton DE, Nicol CW, Bredin SS. (2006). Health benefits of physical activity: the evidence. *CMAJ.* 174: 801-809.



CESAR CORVOS



EDUCACIÓN PERMANENTE  
Universidad de la República

**Cronograma 1. miércoles y viernes.**

<b>Fecha</b>	<b>Hora</b>	<b>Lugar</b>	<b>Módulo</b>
<b>09/10/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	1
<b>11/10/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	1
<b>23/10/2024</b>	16:00 – 18:00	LIARH	2
<b>25/10/2024</b>	16:00 – 18:00	LIARH	2
<b>30/10/2024</b>	16:00 – 18:00	LIARH	2
<b>01/11/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	3
<b>06/11/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	3
<b>08/11/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	4
<b>13/11/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	4
<b>15/11/2024</b>	16:00 – 18:00	Campus (a confirmar)	5

	<b>Expediente Nro. 331420-000050-25</b> <b>Actuación 2</b>	Oficina: COMISIÓN ACADÉ MICA Fecha Recibido: 20/05/2025 Estado: Cursado
--	---	--

**TEXTO**

Se adjunta dictamen de la Comisión Académica de Grado.

Pase a Secretaría de Comisión Directiva para su consideración.

Firmado electrónicamente por SYLVIA FIORELLA ACERENZA PRUNELL el 23/06/2025 15:56:30.

<b>Nombre Anexo</b>	<b>Tamaño</b>	<b>Fecha</b>
RIVERO, José_000229.pdf	591 KB	23/06/2025 15:56:05



**Instituto Superior  
de Educación Física**  
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA



UNIVERSIDAD  
DE LA REPÚBLICA  
URUGUAY

Montevideo, 29 de mayo de 2025.

Nº de Exp. 311420-000050-25 Solicitud presentada por el estudiante José RIVERO C.I. 5.120.030-6 para acreditar Cursos de formación Permanente en el marco de la UEP Cenur Noreste como créditos optativos de la **Licenciatura en Educación Física opción Prácticas Educativas, Plan 2014**, del Instituto Superior de Educación Física, según el siguiente detalle:

UEP Cenur Noreste	INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA Licenciatura en Educación Física, Opción Prácticas Educativas Plan 2014
"Estudio de la aptitud física y calidad de vida relacionada con la salud"	Créditos optativos
"Las luchas como contenido de la Educación Física escolar"	

**El curso presentado cuenta con certificado de aprobación.**

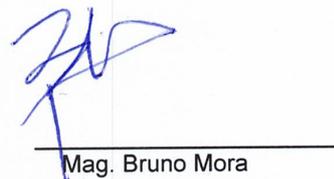
Acceder a **reconocer créditos optativos** por las siguientes cursos aprobados por la peticionante:

UEP Cenur Noreste	INSTITUTO SUPERIOR DE EDUCACIÓN FÍSICA Licenciatura en Educación Física, Opción Prácticas Educativas Plan 2014
"Estudio de la aptitud física y calidad de vida relacionada con la salud"	5 créditos
"Las luchas como contenido de la Educación Física escolar"	3 créditos

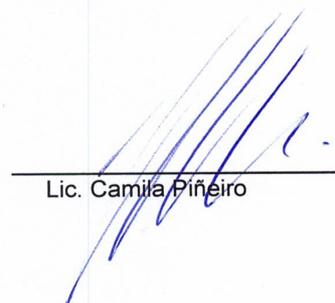
Total: 8 créditos optativos

Por Comisión Académica

  
Mag. Cecilia Ruegger

  
Mag. Bruno Mora

  
Mag. Gonzalo Pérez Monkas

  
Lic. Camila Piñeiro



Arq. Santo Balbi



Lic. Bruno Escajal



Bach. Sabrina Espina

	<b>Expediente Nro. 331420-000050-25</b> <b>Actuación 3</b>	Oficina: SECCIÓN SECRETARÍA A COMISIÓN DIRECTIVA - CENTRO MONTEVIDEO - ISEF Fecha Recibido: 23/06/2025 Estado: Para Actuar
--	---	---

**TEXTO**