



**UCSC**



UNIVERSIDAD ACREDITADA  
**NIVEL AVANZADA**  
Gestión Institucional · Docencia de Pregrado  
Investigación · Vinculación con el Medio  
PRÓXIMA ACREDITACIÓN MARZO DE 2026

**CAMBIA EL FUTURO, HOY**



**FACULTAD DE EDUCACIÓN**

# **Diplomado en Entrenamiento Deportivo**



## DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA

Nuestro Diplomado en Entrenamiento Deportivo está enfocado en el desarrollo de un determinado rendimiento deportivo-motor que está condicionado por un amplio y complejo abanico de factores específicos. Los principales componentes del entrenamiento deportivo incluyen la preparación física, técnica, táctica, psicológica, biológica y teórica.

Todos estos factores deben considerarse de manera conjunta con vistas a maximizar el rendimiento deportivo. En el programa, se profundizará fundamentalmente sobre las investigaciones que se han realizado para perfeccionar los sistemas de entrenamiento en busca del desarrollo de la condición física en diversas poblaciones.

El egresado del Diplomado tendrá la capacidad de proponer y ejecutar programas de entrenamiento acorde a las necesidades individuales del sujeto, que le permitirá formar parte de equipos técnicos en el área del rendimiento deportivo y/o motricidad.

### MÓDULO 1

Conceptos teóricos relacionados con el entrenamiento deportivo y modelos de periodización

- Evolución Histórica del entrenamiento
- Conceptos básicos de entrenamiento
- Modelos de Planificación, periodización y programación del entrenamiento
- Principios de la programación del entrenamiento deportivo

### MÓDULO 2

Bases científicas relacionadas con el entrenamiento de la fuerza

- Perspectivas fisiológicas de la fuerza muscular
- Manifestaciones y evaluación de la fuerza
- Programación del Entrenamiento y dispositivos para la evaluación y el entrenamiento de la fuerza

### MÓDULO 3

Bases científicas relacionadas con el entrenamiento de la resistencia

- Perspectivas fisiológicas del trabajo de resistencia aeróbica
- Manifestaciones y evaluación de la resistencia
- Métodos de entrenamiento y programación de las cargas de trabajo de resistencia.
- Dispositivos para la evaluación de la resistencia

### MÓDULO 4

Evaluación de la condición física para una prescripción individualizada del entrenamiento

- Modelos de periodización
- Modelos de Planificación del entrenamiento
- Programación del entrenamiento en macrociclo





**Dra. Danica Janicijevic**

- Doctor en Ciencias, Educación física y Deportes, Universidad de Belgrado, Serbia



**Dr. Amador García Ramos**

- Doctorado en Biomedicina Universidad de Granada, España
- Doctorado of Kinesiology Universidad de Ljubljana Eslovenia



**Dr. Felipe García Pinillos**



**Dr. Jesualdo Cuevas**

- Doctor en Ciencias de la Educación, Magíster en Pedagogía para la Educación Superior



Universidad  
Católica  
de la Santísima  
Concepción



# UCSC

---

## DIRECCIÓN DE FORMACIÓN CONTINUA Y SERVICIOS



UNIVERSIDAD ACREDITADA  
**NIVEL AVANZADA**  
Gestión Institucional · Docencia de Pregrado  
Investigación · Vinculación con el Medio  
PRÓXIMA ACREDITACIÓN MARZO DE 2026

### CONTACTO

[formacioncontinua@ucsc.cl](mailto:formacioncontinua@ucsc.cl)

 +56 9 9610 8778