



CURSO DE EXPERTO: MUJER Y DEPORTE

"Una evolución, un paso hacia el futuro"

ORGANIZA

Director:

Nombre y apellidos: Alberto García Bataller.

Categoría docente: Profesor titular vinculación permanente.

E-mail: alberto.garcia@upm.es

Secretaría administrativa (Contacto):

Nombre y apellidos: Cristina Ramírez Martín

Correo electrónico: cristina.ramirez@upm.es

Universidad Politécnica de Madrid.



Facultad de Ciencias de la Actividad Física y Del Deporte-Deportes.



¿OBJETIVOS MUJER Y DEPORTE?



En los últimos años estamos asistiendo a una progresiva y continua participación femenina en todo tipo de actividades deportivas. Los target están cambiando y la mujer ya no se limita a las actividades de sala, dando paso a un gran número de mujeres que se decantan por las actividades deportivas al aire libre e incluyendo actividades competitivas. Por otro lado las edades de participación también están cambiando y cada vez es más fácil encontrar mujeres mayores de 50 años haciendo deporte. Es indudable el efecto beneficioso que tiene la práctica deportiva en la salud de la mujer. Hasta ahora eran incluidas en grupos de trabajo general, haciendo la misma planificación y estrategia de desarrollo que los hombres, sin embargo en el momento actual hay que tener en cuenta las diferencias fisiológicas, mecánicas, etc. que diferencian las necesidades de dosificación de la actividad física. Este curso brinda la posibilidad de formar a los participantes en todos estos aspectos dentro del ámbito universitario y da la importancia necesaria al desarrollo deportivo de las mujeres dado que se afronta desde una perspectiva multidisciplinar.

El propósito de este curso es ofertar una formación específica sobre mujer y deporte, para ello queremos desarrollar el primer curso de experto universitario sobre deporte y mujer.

Objetivos de la titulación:

1. Conocer las diferencias esenciales entre hombre y mujer en el desarrollo deportivo.
2. Conocer y establecer programas específicos para mujeres.
3. Desarrollar planes de trabajo específicos a las características físicas, fisiológicas, sociales y psicológicas propias de la mujer y en sus diferentes edades.

¿CUANDO SE REALIZA?

150
horas

2018

| ENERO | | | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

| FEBRERO | | | | | | |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | | | | |

| MARZO | | | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

| ABRIL | | | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

| MAYO | | | | | | |
|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |

| JUNIO | | | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |

| JULIO | | | | | | |
|-------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | | | | 1 |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | 31 | | | | | |

| AGOSTO | | | | | | |
|--------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 |
| 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 |
| 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | |

| SEPTIEMBRE | | | | | | |
|------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |

| OCTUBRE | | | | | | |
|---------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

| NOVIEMBRE | | | | | | |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | | |

| DICIEMBRE | | | | | | |
|-----------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Lun | Mar | Mié | Jue | Vie | Sáb | Dom |
| | | | | | 1 | 2 |
| 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| 31 | | | | | | |

HORARIO

VIERNES: 16-20 horas.

SABADOS: 10-14 h y 15-20 horas.

Curso Presencial.
80% asistencia mínima obligatoria.

CREDITOS ECTS

15

Nº ALUMNOS

25-30

REQUISITOS DE ACCESO/ADMISIÓN

1

Estar en posesión de un Título Universitario Oficial Español (Licenciado, Graduado), de un título del EEES, o de un título conforme a sistemas educativos ajenos al Espacio Europeo de Educación Superior relacionado con la Actividad Física y el Deporte.

2

2. Acreditar una amplia experiencia profesional como entrenador deportivo, para lo cual los aspirantes deben presentar su Curriculum Vitae.

Los candidatos que no posean la titulación requerida podrán acceder al curso acreditando una amplia experiencia profesional de acuerdo con el perfil de acceso al curso.

PREINSCRIPCIÓN

Puedes realizar la preinscripción al curso a través de la página web de la Universidad Politécnica de Madrid, siguiendo el siguiente enlace:

http://www.upm.es/Estudiantes/Estudios_Titulaciones/EstudiosPosgrado/experto?id=1094&fmt=detail



CONTENIDOS DEL CURSO

BLOQUE I

"Aspectos sociales del desarrollo del deporte femenino en España".

- S1.- Promociones deportivas femeninas especiales.
- S2.- Aspectos diferenciadores de la psicología femenina.
- S3.- Biomecánica específica de la mujer.
- S4.- Entrenador personal de mujeres, aspectos a tener en cuenta.
- S5.- Historia del deporte femenino en España.
- S6.- Evolución de la legislación deportiva en deporte femenino.
- S7.- Evolución sociológica del deporte femenino en España.
- S8.- Aspectos de la participación deportiva femenina en España.
- S9.- Deporte y mujer fuera de España.
- S10.- Reconocimiento y ayudas al deporte femenino en España.
- S11.- Ayudas institucionales al deporte femenino.
- S12.- Evolución de los contenidos mediáticos en el deporte de la mujer.
- S13.- Instalaciones y actividades deportivas de participación femenina.
- S14.- Mesa Redonda.

BLOQUE II

"Aspectos diferenciados de la actividad física en mujeres"

- AF1.- Fisiología de la mujer.
- AF2.- Dolencias específicas de la mujer, osteoporosis, anemia, menopausia.
- AF3.- Nutrición y ayudas ergogénicas específicas de la mujer.
- AF4.- Embarazo y actividad física.
- AF5.- Osteoporosis y Actividad Física.
- AF6.- Fibromialgia y actividad física.
- AF7.- Entrenamiento del suelo pélvico.
- AF8.- Cáncer de mama y actividad física.
- AF9.- Materiales deportivos específicos.
- AF10.- Fisiología del esfuerzo en las mujeres.
- AF11.- Lesiones deportivas en el fútbol femenino.
- AF12.- Diferencias en el entrenamiento de fuerza entre hombres y mujeres.
- AF13.- Materiales específicos deportivos.
- AF14.- Modelos de investigación en mujer y deporte.
- AF15.- Mesa redonda

BLOQUE III

"Aspectos de la mejora del rendimiento en mujeres"

- R1.- Iniciación al deporte en la mujer.
- R2.- Planificación a largo plazo y corto plazo.
- R3.- Especificidad del entrenamiento deportivo en la mujer.
- R4.- Embarazo y rendimiento deportivo.
- R5.- Entrenamiento de Gimnasia artística.
- R6.- Entrenamiento de Gimnasia rítmica
- R7.- Voleibol femenino.
- R8.- Baloncesto femenino.
- R9.- Lucha Olímpica femenina.
- R10.- Atletismo, carrera, femenina.
- R11.- Atletismo, concursos femeninos.
- R12.- Waterpolo femenino.
- R13.- Deportes de montaña y aventura.
- R14.- Hockey femenino.
- R15.- Deporte adaptado en la mujer.
- R16.- Fútbol femenino.
- R17.- Mesa redonda entrenadores, deportistas y agentes sociales.

COSTE ECONÓMICO

IMPORTE TOTAL: 1.350€

El importe se puede abonar en un solo pago al realizar la inscripción al curso o bien fraccionado en tres pagos:

- ✓ Primer pago (20%): 270€ al formalizar la inscripción, antes del 12 de enero de 2018.
- ✓ Segundo pago (40%): 540€ antes del comienzo del curso, antes del 25 de enero de 2018.
- ✓ Tercer pago (40%): 540€, antes del 9 de marzo de 2018.

BECAS

Nº Becas: 2 medias becas.

Criterios de asignación de las becas:

- ✓ Se darán 2 medias becas para alumnos que hayan cursado la carrera en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF en la Universidad Politécnica de Madrid.

PROFESORES



ALBERTO GARCIA
Dr. CAFyD
Profesor titular INEF de Madrid
Entrenador de alto rendimiento en RFEN y FETRI
Entrenador de Ana Burgos 7ª en JJOO Atenas 2004



JUANMA SANTISTEBAN
Dr. en Medicina
Médico responsable de la RFEN de 1988 a 1996
Medico del Bilbao Ath y del equipo femenino del Ath de Bilbao desde el 1996



JORGE VILDA
Seleccionador Español de Futbol femenino



JOSE LUIS NEYRO
Ginecólogo
olaborador y profesor en múltiples máster internacionales
sobre osteoporosis y menopausia
Gran divulgador en salud y mujer
www.neyro.com

PROFESORES



AMELIA FERRO
Dra en CAFyD
Profesora titular INEF de Madrid
Especialista en Biomecánica



ANA BELEN PEINADO
Dra en CAFyD
Profesora INEF Madrid
Responsable del Proyecto IronFemme



MANUELA RODRIGUEZ
Psicóloga Deportiva
Psicóloga del equipo nacional de triatlón
Experta en Empoderamiento femenino empresarial



BEATRIZ LARA
Dra CAFyD
Profesora titular en UCJC
Directora del proyecto Cafeína y ciclo menstrual del
programa Mujer y deporte de la FETRI/CSD



BLANCA ROMERO
Dra CAFyD
Profesora titular UCJC
Especialista en deporte de equipo femenino
Investigadora especialista en mujer y deporte

PROFESORES



Mª CARMEN MARTINEZ

Profesora de Hockey en el INEF de Madrid
Especialista en Hockey femenino.



CARLOS CORDENTE

Dr CAFyD

Profesor titular INEF de Madrid de Atletismo
Director de la Escuela Nacional de entrenadores de la RFEA



Mª ANGELES RODRIGUEZ

Profesora de Hockey en el INEF de Madrid
Presidenta de la Federación Madrileña de Hockey.
Campeona Olímpica Barcelona'92.



CESAR HERNANDEZ

Dr. CAFyD

Ex profesor del INEF de Madrid de Voleibol
Preparador físico de la Selección Española
femenina de Voleibol
Entrenador de equipos femeninos en la liga
italiana v francesa de voleibol



CONCEPCION JIMENEZ

Dra CAFyD

Profesora de baloncesto en el INEF de Madrid
Especialista en etapas de formación deportiva



CRISTINA LOPEZ DE SUBIJANA

Dra en CAFyD

Profesora titular INEF de Madrid
Directora del departamento de ciencias sociales del
deporte y el ocio del INEF de Madrid
Especialista en investigación y proyectos de apoyo a la
mujer deportista

PROFESORES



VICENTE GOMEZ
Decano del FCAfyD INEF Madrid
Especialista en Deporte de aventura y en la naturaleza
Director Técnico de la Ruta Quetzal durante 10 años



CLAUDIO CAMARENA
Lic. CAFyD INEF
Entrenador del Equipo Olímpico femenino de waterpolo en Londres 2012, Subcampeón olímpico
Responsable actual waterpolo de la Federación Madrileña de Natación



CRISTINA MAESTRE
Dra en CAFyD
Componente del Grupo de Investigación LFE del INEF de Madrid
Especialista en Fibromialgia y Actividad Física

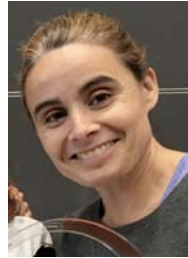


FRANCISCO CHICO
Director del Grupo Motorpress



FRANCISCO BARCIA
Entrenador del equipo Olímpico de Lucha
Responsable del equipo Olímpico de Lucha en 4 JJOO
Responsable de tecnificación de la RFEL

PROFESORES



ELENA MORO
Directora de la revista Oxígeno
Especialista en deportes de montaña



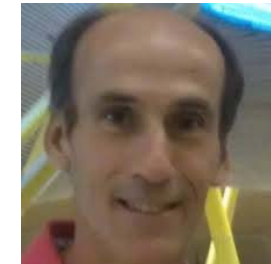
JAVIER MORO
Redactor de la revista Runners world
Especialista en material deportivo



JAVIER CALDERON
Dr en CAFyD
Profesor titular del INEF de Madrid de Fisiología

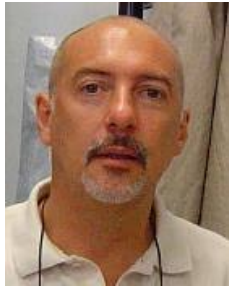


Javier Perez Tejero
Doctor en Ciencias de Actividad Física y del Deporte.
Máster Europeo en Actividades Físicas Adaptadas.
Profesor Titular de Universidad.



JUAN DEL CAMPO
Dr. CAFyD
Profesor titular en FCAFyD de la UAM
Entrenador de atletismo
Responsable de la preparación de Jesús España y
Carlos Soria entre otros.

PROFESORES



ANTONIO RIVERO
Dr. En Geografía e Historia.
Profesor titular del INEF Madrid



RAMIRO LAHERA
Presidente de la Federación Madrileña de Triatlón
Especialista en marketing deportivo



GUADALUPE GARRIDO
Dr. En Farmacia.
Profesor titular del INEF Madrid



MARIA MARTIN
Dra. CAFyD
Profesora Titular del INEF Madrid
Investigadora en ciencias sociales y mujer
Gimnasta rítmica olímpica



MARIA PERALES
Dra CAFyD
Directora del Dto de CAFyD UCJC
Investigadora y especialista en Embarazo y actividad
física



PEDRO J. BENITO
Dr. CAFyD
Profesor titular del INEF Madrid
Director del Máster en entrenamiento personal de la
FCAFyD INEF Madrid
Especialista en fisiología del esfuerzo y entrenamiento de
fuerza

PROFESORES

JAVIER ROJO (sin foto)

Dr. medicina y cirugía del pie

Profesor titular del INEF de Madrid

Director del departamento de salud y rendimiento humano del INEF de Madrid



JAIME MENENDEZ DE LUARCA

Ldo. CAFyD

Especialista en materiales deportivos y tecnología aplicada.



RUBEN BARAKAT

Dr. CAFyD

Profesor titular del INEF de Madrid
Vicedecano de estudios de postgrado del INEF de Madrid
Especialista en actividad física y embarazo



SARA BAYON

Lda. CAFyD INEF Madrid

Entrenadora del equipo olímpico de gimnasia rítmica
Subcampeona olímpica en Rio 2016



CRISTINA RAMIREZ

Dra. CAFyD INEF Madrid

Profesora asociada en INEF de Madrid
Directora de Operaciones de Gimnasia
Especialista en actividad física y mujer en instalaciones deportivas

CONTACTO

Secretaría administrativa (Contacto):

Nombre y apellidos: Cristina Ramírez Martín

Teléfono: 91.336.40.17

Correo electrónico: *cristina.ramirez@upm.es*

CURSO DE EXPERTO: MUJER Y DEPORTE

"Una evolución, un paso hacia el futuro"