



EDUCACIÓN CONTINUA - FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS - USACH

INTERNACIONAL EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO, ESPECIALIDAD EN PREPARACIÓN FÍSICA

DIPLOMADOS 2026

DIRIGIDO A PROFESIONALES VINCULADOS AL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.

DESCRIPCIÓN

El entrenamiento deportivo en las últimas décadas ha experimentado grandes modificaciones y avances asociados a los avances tecnológicos y conocimientos que lo sustentan. Este programa de especialización entrega una actualización sobre aspectos fisiológicos y metodológicos que fundamentan el entrenamiento deportivo, a través de la evidencia científica reciente y la experiencia del cuerpo académico. El programa considera en forma particular la optimización, el control y la readaptación deportiva.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE GENERAL

Entregar a los profesionales y técnicos del deporte y la actividad física en los fundamentos modernos, teorías y metodologías del Entrenamiento Deportivo, con énfasis en la aplicación práctica desde experiencias exitosas en formación y alto rendimiento.

PROGRAMA DE ESTUDIO



MÓDULO 1

**LOS DEPORTES ACÍCLICOS, CARACTERÍSTICAS
Y ENTRENAMIENTO.**



MÓDULO 2

**CONTROL Y SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE
ENTRENAMIENTO - TEST CONDICIONALES
ESPECÍFICOS PARA EL DEPORTE.**



MÓDULO 3

**FASES SENSIBLES DEL DESARROLLO MOTOR,
ENTRENAMIENTO COORDINATIVO - FLEXIBILIDAD.**



MÓDULO 4

**ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA
APLICADA AL DEPORTE**



MÓDULO 5

ENTRENAMIENTO INTEGRADO - PSICOLOGÍA DEPORTIVA.

MÓDULO 1



LOS DEPORTES ACÍCLICOS, CARACTERÍSTICAS Y ENTRENAMIENTO.



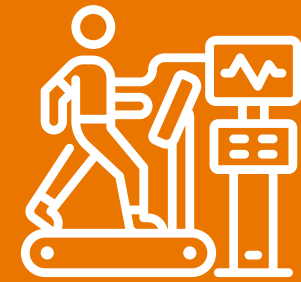
MODALIDAD ONLINE

DESCRIPCION

- Este módulo busca que los estudiantes logren conocer el Modelo Neuromuscular aplicado al deporte, controles de cargas en periodos de entrenamientos y aplicación y su relación con los deportes acíclicos y cíclicos. Además, comprenderás la fisiología del entrenamiento intermitente, así como el uso de los sistemas energéticos durante la actividad deportiva.



MÓDULO 2



CONTROL Y SEGUIMIENTO DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO - TEST CONDICIONALES ESPECÍFICOS PARA EL DEPORTE.



MODALIDAD ONLINE

DESCRIPCIÓN

- En este módulo reconocerás y aplicarás una serie de pruebas físicas aplicadas al entrenamiento deportivo, pensadas para analizar y planificar el rendimiento de quienes practican deporte. Se destacan la ergometría cardiopulmonar y otras pruebas específicas.
- Todos estos aprendizajes serán útiles para efectuar controles y seguimientos en el entrenamiento de deportistas, relacionados con sus capacidades motrices condicionales.



MÓDULO 3



**FASES SENSIBLES DEL DESARROLLO MOTOR,
ENTRENAMIENTO COORDINATIVO – FLEXIBILIDAD.**



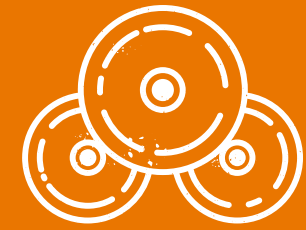
MODALIDAD ONLINE

DESCRIPCION

- En este módulo se analiza el concepto de fases sensibles y teorías contemporáneas vinculadas al desarrollo motor, destacando el rol de las capacidades coordinativas y la fuerza en el deporte infantil y juvenil. Se incorporan conocimientos y experiencias asociadas a las Neurociencias aplicadas al Entrenamiento Deportivo.



MÓDULO 4



**ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA APLICADA
AL DEPORTE.**



MODALIDAD ONLINE

DESCRIPCION

- Se analizan los avances científicos y aplicaciones metodológicas que explican La valoración y entrenamiento de la fuerza muscular. Se reconocen cambios de paradigmas y una nueva nomenclatura, pasando por la aplicación de las tecnologías más recientes que permiten identificar parámetros fundamentales como la tasa de desarrollo de fuerza o aplicar los sistemas de control de carga por velocidad y sus aplicaciones en diferentes momentos y etapas del proceso de entrenamiento.



MÓDULO 5



ENTRENAMIENTO INTEGRADO - PSICOLOGÍA DEPORTIVA.



MODALIDAD ONLINE

DESCRIPCION

- En este módulo se intensifica el rol del entrenamiento integrado e integral para un deportista, para ello se aplicarán los aprendizajes del diplomado en contextos reales, asociados con los intereses y necesidades de tu cotidianidad deportiva.
- Comenzaremos con el estudio de la prevención o “control de riesgo deportivo” aplicaciones Biomecánicas de análisis de Rendimiento Deportivo y todos estos aprendizajes te permitirán aplicar las teorías y metodologías.
- Finalmente participarás de un seminario de Psicología Deportiva, donde además de repasar conceptos, conocerás experiencias para enfrentar situaciones propias del entrenamiento mental.



CRISTIAN COFRÉ BOLADOS

DIRECTOR DEL DIPLOMADO

- Investigador especializado en temáticas de actividad física en la población, desarrollo del entrenamiento deportivo y otras relacionadas.
- Académico de la Escuela de las Ciencias de la Actividad Física el Deporte y la Salud de la Universidad de Santiago.



HELEN DÍAZ PEÑA

COORDINADORA DEL DIPLOMADO

- Magíster en Educación vinculada a la Formación Docente, didáctica e Innovación en docencia universitaria.

EQUIPO DOCENTE

FICHA DEL PROGRAMA

INICIO:
16 DE MAYO DE 2026



DURACIÓN:
180 HORAS



ARANCEL:
\$630.000 + MATRICULA



FORMAS DE PAGO A TRAVÉS DE WEBPAY, TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO.

ESTE PROGRAMA SE DICTARÁ SÓLO SI CUMPLE EL QUÓRUM MÍNIMO DE ESTUDIANTES. LA FECHA DE INICIO Y DE TÉRMINO PODRÍA VARIAR POR FUERZA MAYOR.



CONTACTO: +569 5659 9202
EDUCONTINUA.FACIMED@USACH.CL

SIGUENOS EN:



WWW.FCM.USACH.CL
WWW.EDUCACIONCONTINUA.USACH.CL