



I. INFORMACIÓN GENERAL

CURSO	:	Introducción a la Medicina del Deporte
CÓDIGO	:	DT05
CICLO	:	201601
CUERPO ACADÉMICO	:	Agüero Soto, Victor Armando Lozano Vasquez, Leonel Mario Tejada Conroy, Alberto
CRÉDITOS	:	3
SEMANAS	:	16
HORAS	:	3 H (Teoría) Semanal
ÁREA O CARRERA	:	Administracion y Negocios del deporte

II. MISIÓN Y VISIÓN DE LA UPC

Misión: Formar líderes íntegros e innovadores con visión global para que transformen el Perú.

Visión: Ser líder en la educación superior por su excelencia académica y su capacidad de innovación.

III. INTRODUCCIÓN

Introducción a la medicina deportiva es un curso específico de la carrera de Administración y Negocios del Deporte, de carácter teórico-práctico, dirigido a los estudiantes del quinto ciclo y desarrolla las competencias específicas de planificación deportiva y gestión institucional deportiva.

El estudiante valorará las implicancias de la salud para el desarrollo de cualquier actividad física atendiendo al nivel del deportista.

IV. LOGRO (S) DEL CURSO

Al finalizar el curso el alumno evalúa un proyecto relacionado al deporte para su potencial implementación considerando aspectos médicos y analizando su factibilidad.

V. UNIDADES DE APRENDIZAJE

UNIDAD N°: 1 INTRODUCCIÓN A LA MEDICINA DEPORTIVA

LOGRO

Al finalizar la unidad el alumno expresa la importancia y necesidad de la medicina en el deporte, basado en el entendimiento del concepto Physical fitness (estado físico) y su repercusión en la salud y rendimiento del deportistas.

TEMARIO

- 1.1 Introducción y terminología básica de medicina en el deporte.
- 1.2 Concepto Physical Fitness.

HORA(S) / SEMANA(S)

Semana 1

UNIDAD N°: 2 COMPONENTES DEL PHYSICAL FITNESS RELACIONADOS A LA SALUD Y DESTREZAS EN EL DEPORTE

LOGRO

Al finalizar la unidad el estudiante será capaz de comprender y analizar la analiza la necesidad del estudio y evaluación de las capacidades físicas del deportista para potenciar su rendimiento siempre en un contexto integral de salud. Puede realizar un esquema resumen relacionado a las pruebas físicas en el deporte.

TEMARIO

- 2.1 La consulta inicial con el deportista y clasificación de riesgo.
- 2.2 Aspectos básicos sobre el sistema musculo esquelético
- 2.3 Implementación evaluaciones de la fuerza muscular en del deporte
- 2.4 Implementación evaluaciones de la resistencia muscular en el deporte
- 2.5 Aspectos básicos sobre las articulaciones
- 2.6 Implementación evaluaciones de la flexibilidad en el deporte
- 2.7 Aspectos básicos sobre el sistema cardiovascular
- 2.8 Implementación evaluaciones cardiovasculares en el deporte
- 2.9 Implementación evaluaciones de la velocidad, potencia y agilidad en el deporte
- 2.10 Implementación de evaluaciones complementarias relacionadas al deporte
- 2.11 Composición corporal en el deporte: cineantropometría
- 2.12 Implementación de sistemas de entrenamiento alternativos orientados al fitness y el deporte.

HORA(S) / SEMANA(S)

Semanas 2,3,4,5,6,7

UNIDAD N°: 3 LA NUTRICION Y EL DOPING EN EL DEPORTISTA

LOGRO

Al finalizar la unidad el estudiante explica la importancia de la implementación de estrategias nutricionales y suplementación en el deportista, reconociendo el uso de sustancias ergogénicas permitidas en el deporte como contraparte al doping.

TEMARIO

- 3.1 Aspectos básicos de la nutrición deportiva: Macronutrientes
- 3.2 Aspectos básicos de la nutrición deportiva: Suplementación
- 3.3 Ayudas ergogénicas en del deporte
- 3.4 Doping en el deporte

HORA(S) / SEMANA(S)

Semanas 8, 9 y 10

UNIDAD N°: 4 SERVICIOS Y ESTRATEGIAS PUBLICO ¿ PRIVADAS RELACIONADAS AL DEPORTE

LOGRO

Al finalizar la unidad el estudiante discute la importancia del ejercicio en la salud de las personas y las posibilidades de implementación de políticas público privadas que provean servicios relacionados al deporte.

TEMARIO

- 4.1 Salud y deporte: ciudades saludables del mundo
- 4.2 Centros de alto rendimiento: sólo es infraestructura?
- 4.3 La rehabilitación y terapia física preventiva en el deporte
- 4.4 El profesional del fitness y del deporte

HORA(S) / SEMANA(S)

Semana 11 y 12

UNIDAD N°: 5 DESARROLLO PROYECTOS RELACIONADOS AL DEPORTE**LOGRO**

Al finalizar la unidad el estudiante diseña un proyecto relacionado al deporte tomando en cuenta su posible implementación.

TEMARIO

- 5.1 Elaboración del proyecto

HORA(S) / SEMANA(S)

Semanas 13,14,15, 16

VI. METODOLOGÍA

En el curso se usarán herramientas de aprendizaje tales como elaboración de mapas conceptuales, aprendizaje basado en el problema y trabajos de campo reflexivos de acuerdo a la temática y complejidad de cada unidad, de tal manera que el estudiante culmine el curso con el diseño y sustentación de un proyecto (negocio) relacionado al deporte. la evaluación sera mediante controles de lectura, evaluaciones escritas sobre casos específicos y sustentación del trabajo desarrollado.

VII. EVALUACIÓN**FÓRMULA**

$$30\% (EA1) + 5\% (PA1) + 15\% (DD1) + 15\% (DD2) + 35\% (TF1)$$

TIPO DE NOTA	PESO %
DD - EVAL. DE DESEMPENO	15
EA - EVALUACIÓN PARCIAL	30
DD - EVAL. DE DESEMPENO	15
PA - PARTICIPACIÓN	5
TF - TRABAJO FINAL	35

VIII. CRONOGRAMA

TIPO DE PRUEBA	DESCRIPCIÓN NOTA	NÚM. DE PRUEBA	FECHA	OBSERVACIÓN	RECUPERABLE
DD	EVAL. DE DESEMPENO	1	Semana 4		NO
EA	EVALUACIÓN PARCIAL	1	Semana 8		NO
DD	EVAL. DE DESEMPENO	2	Semana 12		NO
PA	PARTICIPACIÓN	1	Semana 15		NO
TF	TRABAJO FINAL	1	Semana 16		NO

IX. BIBLIOGRAFÍA DEL CURSO

BÁSICA

NACLERIO, Fernando (2011) Entrenamiento deportivo : fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes. Madrid : Médica Panamericana.

(617.1027 NACL)

RECOMENDADA

(No necesariamente disponible en el Centro de Información)

BAHR, Roald, dir. (2007) Lesiones deportivas : diagnóstico, tratamiento y rehabilitación. Madrid : Médica Panamericana.

(617.1027 Bahr)

KOLT, Gregory S. (2004) Fisioterapia del deporte y el ejercicio. Madrid : Elsevier.

(617.1027 KOLT)