

TECNICATURA EN FITNESS

PLAN DE ESTUDIOS

	Asignatura	AÑO	SEMESTRE	DURACIÓN	TIPO DE CURSO Teórico (T) Teórico Práctico (T-P) Práctica Profesional (P-P)	Carga horaria	Valor Crédito
NUCLEO DE FORMACION GENERAL	Estructuras y Funciones Biológicas	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico	30	4
	Anatomía del Aparato Locomotor	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico	30	4
	Actividad Física y Salud	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico	15	2
	Pedagogía y Didáctica	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico	15	2
	Fisiología del Ejercicio	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico	30	4
	Entrenamiento I	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
	Aprendizaje Motor	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico	15	2
	Introducción a la Biomecánica	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
	Primeros Auxilios	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	15	2
	Psicología Deportiva	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico	15	2
	Entrenamiento II	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico	30	4
	Seminarios Académicos	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico	20	3
Nutrición y Suplementación	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico	30	4	
NUCLEO DE FORMACION PROFESIONAL	Practica Vivencial	1 ero.	1 y 2	ANUAL	Práctica Profesional	100	12
	Práctica Docente	2 do.	3 y 4	ANUAL	Práctica Profesional	50	6
NUCLEO DE FORMACION OPCIONAL	Pilates Mat y Accesorios	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	45	5
	Ciclismo Indoor	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	45	5
	Fitness Acuático	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	5

		Entrenamiento Funcional	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	45	5
		Running y Trail Running	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	5
		E. Personalizado Aplicado al Alto Rendimiento	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	45	5
NUCLEO DE FORMACION ESPECIFICA	ORIENTACION ENTRENAMIENTO PERSONALIZADO	Acondicionamiento Físico de Base	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico	15	2
		La Práctica de la Musculación I	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Evaluación Funcional	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		La Práctica de la Musculación II	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico	30	4
		Prevención de Lesiones	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Prescripción de Ej. para Poblaciones Especiales	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Halterofilia y Crosstraining	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	15	2
		Teoría y Práctica del Entrenamiento Personalizado	2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	25	3
	ORIENTACION MODALIDADES DE GIMNASIA	Introducción a las Modalidades de Gimnasia	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Didáctica Especial 1	1 ero.	1	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Ritmos I	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
		Gimnasia Localizada	1 ero.	2	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	20	2
		Fitness de Combate	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	20	2
		Ritmos II	2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4
Nuevas Tendencias del Fitness Grupal		2 do.	3	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	15	2	
Didáctica Especial 2		2 do.	4	SEMESTRAL	Teórico- Práctico	30	4	

Carga Horaria Total:	Cursando una Orientación:	780 hs	
	Cursando dos Orientaciones:	985 hs	

Distribución de cargas horarias y créditos de la carrera

	Carga horaria	Créditos	
Núcleo de Formación General	305	41	
Núcleo de Formación Profesional	150	18	
Núcleo de Formación Opcional	120	15 (mínimos)	
Núcleo de Formación Específico	205	Entrenamiento Personalizado	Modalidades de Gimnasia
		EP 27	MG 26
Carga Horaria TOTAL para UNA Orientación	780	101	100
Carga Horaria TOTAL para segunda Orientación	985	201	201