



CURSO EN LÍNEA



CUPO
LIMITADO

DESARROLLO INTEGRAL DE NIÑOS Y ADOLESCENTES:

ACTIVIDAD FÍSICA, NUTRICIÓN Y FACTORES PSICOLÓGICOS

OBJETIVO GENERAL:

Conocer la **importancia** de la **actividad física**, la **nutrición** y el **manejo de factores psicológicos** para promover el **desarrollo integral** de **niños y adolescentes**.

PONENTES:

Mtra. Miriam Jeanette Ruiz Morales
Lic. Gisela Roldán Aguilar
Prof. Emmanuel Javier Novas Sánchez

DIRIGIDO A:

Entrenadores y personas interesadas en el proceso de enseñanza aprendizaje en el deporte

TEMAS:

1. Las fases sensibles del desarrollo
2. El ejercicio y el juego como base fundamental de un buen desarrollo
3. El entrenamiento de la fuerza durante la adolescencia y su relación con la salud a largo plazo.
4. Nutrición deportiva en niños y adolescentes
5. Uso de suplementos nutricionales básicos
6. Psiconutrición
7. Desarrollo del autoconcepto y confianza de niños y adolescentes en el deporte
8. Manejo del estrés, la ansiedad y la disciplina en el desarrollo deportivo
9. La motivación y las relaciones sociales de niños y adolescentes

FECHAS:

Del **31 de mayo** al **30 de junio** de 2023

DÍAS Y HORARIOS:

Miércoles y **viernes** del **31 de mayo** al **30 de junio** 2023 de las **10:30** a las **13:30** horas

PLATAFORMAS:

Aula Classroom de Google con compromiso de trabajo asíncrono por parte del participante y aplicación Zoom

DURACIÓN:

30 horas

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

31 de mayo

REGISTRO:

<https://deporte.unam.mx/ced/cursostalleres.php>

REQUISITOS DE DOCUMENTOS:

- Comprobante de estudios con nivel mínimo de bachillerato y/o equivalente
- CURP
- Identificación oficial con fotografía vigente

COSTO:

Alumnos: \$800.00

Universitarios: \$1,600.00 (Alumnos, académicos, trabajadores y ex-alumnos)

Externos: \$2,400.00

INFORMES:

ced@deporte.unam.mx



REDEC UNAM

#SOYDEPORTEUNAM