

LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA / ADIESTRAMIENTO FÍSICO O PROFESOR
PROGRAMA DE EXAMEN DE INGRESO

ANATOMÍA

Huesos, músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, sistema circulatorio, sistema respiratorio, sistema nervioso.

ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Bases generales de la teoría del entrenamiento deportivo, entrenamiento de las principales formas de sollicitación motriz, periodicidad del entrenamiento, entrenamiento por áreas funcionales.

FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO

Mecanismos reguladores de las diferentes funciones del cuerpo humano durante el desempeño de la actividad física.

EVALUACIÓN Y ESTADÍSTICA

Definición y utilización de media, mediana, moda, modo, población.
Métodos estadísticos, niveles de medición, técnicas estadísticas.

ANTROPOMETRÍA

Conocimiento teórico del método antropométrico.

BIBLIOGRAFÍA

TESTUT y LATARJET, 1975. “Tratado de Anatomía Humana” Editorial Salvat Barcelona.

RACH P.S y BURKE R.K 1976 “Kinesiología y Anatomía Aplicada a la Ciencia del Movimiento Humano”. IV Editorial Ateneo Barcelona España

LOPEZ CHICHARRO, FERNANDEZ VAQUERO, A 1998 “Fisiología del Ejercicio” II Edición. Editorial Medico Panamericana, Madrid.

JACK H. WILMORE Y DAVID L. COSTILL. 2004. Fisiología del esfuerzo y del deporte. 5º edición en español. Editorial Paidotribo. Barcelona.

WEINEK, J. 2000. “Entrenamiento Total” ED. PAIDOTRIBO.

DUNCAN MAC DOUGALL, HOWARD. A. WOWARD J. GREEN. 2005.
“Evaluación Fisiológica del deportista” Editorial Paidotribo.

GILLES COMETTI. 1998 “La pliometria”

YURI VERKHOSHANSKY, Editorial Paidotribo 1999, “Todo sobre el entrenamiento pliométrico”

YURI VERKHOSHANSKY. 2001. Editorial Paidotribo Teoría y metodología del entrenamiento deportivo”

TUDOR O. BOMPA. 2006. Editorial Paidotribo, “Periodización del entrenamiento deportivo”.

FREDERIC DELAVIER. 2008. Editorial Paidotribo, “Guía de los movimientos de musculación”. 5ta edicion,

GONZALEZ BADILLO, J.J. – RIVAS SERNA. 2007. J. Editorial INDE, “Programación del entrenamiento de la fuerza”.