

cursos

extensión  
universitaria



2016

universidad  
de león

**LA PREVENCIÓN DE  
LESIONES EN EL ÁMBITO DE  
LA READAPTACIÓN DEPORTIVA:  
FASES, EVALUACIÓN  
Y CUANTIFICACIÓN**

**02/06/2016 - 04/06/2016**

**Información y matrícula**

Universidad de León  
Unidad de Extensión Universitaria y Relaciones Institucionales.  
Av. Facultad de Veterinaria, 25. 24004 · LEÓN.  
Tel. 987 291 961 y 987 293 372 · Fax 987 291 963.  
e-mail: [ulesci@unileon.es](mailto:ulesci@unileon.es)  
<http://www.unileon.es/extensionuniversitaria>



## LA PREVENCIÓN DE LESIONES EN EL ÁMBITO DE LA READAPTACIÓN DEPORTIVA: FASES, EVALUACIÓN Y CUANTIFICACIÓN

### DIRECTORES:

- Abel Nogueira López. *Doctorando y Colaborador honorífico. Universidad de León.*
- Olga Molinero González. *Profesor ayudante doctor. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de León.*
- Marcos López Flores. *Doctorando y Colaborador honorífico. Universidad de León.*

### LUGAR:

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

### FECHAS:

02/06/2016 - 04/06/2016

### HORARIO:

Jueves 02, de 15:00 a 20:00 h

Viernes 03, de 15:00 a 20:00 h

Sábado 04, de 09:00 a 15:00 h

### DURACIÓN:

20 horas (16 presenciales + 4 no presenciales)

### NÚMERO DE ALUMNOS:

Mínimo: 30 y Máximo: 40

### TASAS:

- Ordinaria: 90 €
- Alumnos ULE: 80 €
- Alumnos de otras universidades: 80 €
- Desempleados: 80 €

### DESTINATARIOS:

- Preferentemente alumnos ULE y/o de CCAFD y Licenciados en CCAFD

- Si la demanda lo permite: Monitores y entrenadores
- Profesionales vinculados con el deporte
- Cualquier persona interesada en la materia

### CRÉDITOS DE LIBRE CONFIGURACIÓN:

2 créditos LEC - 1 créditos ECTS

### OBJETIVOS:

- Conocer, descubrir y ampliar conocimientos referentes a la prevención y readaptación deportiva.
- Manejar las principales metodologías de trabajo utilizadas.
- Contextualizar el ámbito lesivo: tipos y clases de lesiones.
- Discernir: situación real del deportista y el objetivo final a conseguir a través de las diferentes etapas evolutivas.
- Dotar de los conocimientos necesarios para poder elaborar diferentes protocolos de trabajo adaptados a la lesión en cuestión.
- Conocer en qué consiste la readaptación deportiva y diferenciar las fases de esta y sus características.

### PROGRAMA:

#### Día 02/06/2016. Lugar: FCAFD (15:00 a 20:00)

15:00-15:15. Olga Molinero: Charla Inagural

15:15-17:15. Xabel García Secades. *La importancia en la prevención y readaptación de lesiones basada en la metodología de trabajo de la Academia Aspire y la Cultural Leonesa.*

17:15-17:30. Descanso.

17:30-20:00. Adrián Paz. *La readaptación deportiva en el deporte profesional actual: análisis y desglose practico de situaciones reales.*

#### Día 03/06/2016. Lugar: FCAFC (15:00 a 20:00)

15:00-17:00. Adrián Paz. *La metodología de trabajo en el alto rendimiento. Casos prácticos descriptivos.*

17:00-17:30. Descanso.

17:30-20:00. Adrián Paz. *Cuantificación y medios de la readaptación físico deportiva.*

#### Día 04/06/2016. Lugar: FCAFC (09:00 a 15:00)

09:00-11:00. Adrián Paz. *La planificación: claves para su desarrollo. Ejemplos de planificaciones a corto, medio y largo plazo.*

11:00-11:15. Descanso.

11:15-13:00. Adrián Paz. *Práctica: Elaboración de protocolos de trabajo.*

13:00-15:00. Isabel Díaz. *Aspectos psicológicos y sociales relacionados con las lesiones deportivas.*

### PROFESORADO:

- Isabel Díaz Ceballos. Licenciada en psicología por la Universidad de Oviedo. Doctora en Psicología por la Universidad de Vigo. Entrenadora de Nivel II Voleibol. Profesora en los grados de Logopedia y Fisioterapia y coordinadora docente del grado en Logopedia de las Escuelas Universitarias Gimbernat-Cantabria, (adscrita a la Universidad de Cantabria). Profesora del Máster Iberoamericano de Psicología del Deporte. Profesora del área de psicología la Federaciones cántabras de Fútbol y de voleibol.

- Olga Molinero González. Profesor Ayudante y Doctor del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de León.

- Adrián Paz Franco. Preparador físico en el Al Nasr de Fútbol Sala (Dubái, Emiratos Árabes). Máster Prevención y Readaptación a la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Camilo José Cela. Experto Universitario en Protocolos Para la Recuperación Funcional de Lesiones en el Fútbol por la Universidad Europea Miguel de Cervantes.

- Xabel García Secades. Entrenador Jefe de Fuerza y Condición Física Cultural y Deportiva Leonesa Coordinador y Jefe de Metodología de Preparación Física en Cultural y Deportiva Leonesa. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de León.

### ENTIDADES COLABORADORAS:

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte