ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Deportistas Adolescentes de Alto Rendimiento: Doble Carrera Académica y Deportiva, Presión y Bienestar

2 ECTS | 50 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Curso de Formación Permanente en Deportistas Adolescentes de Alto Rendimiento: Doble Carrera Académica y Deportiva, Presión y Bienestar de ICUFOR te ofrece una oportunidad única para comprender y abordar los desafíos específicos que enfrentan los jóvenes deportistas de élite. En un contexto donde el rendimiento deportivo y el desarrollo personal deben equilibrarse cuidadosamente, este programa proporciona las claves para acompañar de manera efectiva a adolescentes que compiten al más alto nivel mientras construyen su futuro académico y personal.

A lo largo de la formación, profundizarás en los fundamentos del alto rendimiento durante la adolescencia, los modelos internacionales de gestión de la doble carrera académico-deportiva y las estrategias para superar las barreras que dificultan la conciliación.

Duración
50 horas

Créditos
2 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender el desarrollo evolutivo del adolescente deportista de alto rendimiento, identificando las dimensiones física, cognitiva y socioemocional implicadas así como los factores de riesgo y protección asociados.

Conocer el marco institucional y normativo del deporte de alto rendimiento juvenil, distinguiendo los roles y responsabilidades de los agentes implicados en la protección del menor deportista.

Analizar los modelos de gestión de la doble carrera académica y deportiva, diferenciando barreras, facilitadores y buenas prácticas transferibles al contexto propio.

Dominar estrategias de gestión del tiempo y autorregulación del aprendizaje, aplicando herramientas de planificación y organización adaptadas a contextos de doble exigencia.

Identificar las fuentes y consecuencias de la presión psicológica en el deportista adolescente de élite, diferenciando los conceptos de estrés, presión y ansiedad competitiva.

Aplicar estrategias de afrontamiento y regulación emocional ante la presión competitiva, incorporando técnicas cognitivo-conductuales, de mindfulness y de reestructuración cognitiva.

Fundamentar la promoción del bienestar integral del deportista adolescente, describiendo sus componentes, determinantes e instrumentos de evaluación y seguimiento.

Diseñar programas de intervención psicoeducativa y protocolos de detección temprana, integrando la coordinación interdisciplinar entre profesionales del deporte, la salud y la educación.

Temario

01 Fundamentos del deporte de alto rendimiento en la adolescencia: desarrollo evolutivo, contexto institucional y agentes implicados

1.1. Caracterización del deporte de alto rendimiento en la etapa adolescente
1.2. Desarrollo evolutivo del adolescente deportista: dimensiones física, cognitiva y socioemocional
1.3. Marco institucional, normativo y agentes implicados en el deporte de alto rendimiento juvenil
1.4. Factores de riesgo y factores de protección en el desarrollo integral del joven deportista de élite

Temario

02 La doble carrera académica y deportiva: modelos de gestión, barreras para la conciliación y transiciones críticas

2.1. Concepto y evolución histórica de la doble carrera en el deporte de alto rendimiento
2.2. Modelos internacionales de gestión de la doble carrera académica y deportiva
2.3. Barreras y facilitadores para la conciliación académica y deportiva durante la adolescencia
2.4. Programas y servicios de apoyo a la doble carrera del deportista adolescente
2.5. Competencias de gestión del tiempo y autorregulación del aprendizaje en deportistas estudiantes
2.6. Transiciones críticas en la doble carrera: de la etapa formativa a la profesionalización o la retirada
2.7. Coordinación interinstitucional y evaluación de programas de doble carrera

Temario

03 Presión psicológica y demandas competitivas en el deportista adolescente de alto rendimiento: fuentes, consecuencias y estrategias de afrontamiento

3.1. Conceptualización de la presión psicológica en el contexto deportivo de alto nivel
3.2. Fuentes de presión específicas en el deportista adolescente de élite
3.3. Consecuencias de la presión excesiva en el rendimiento y la salud del adolescente deportista
3.4. Evaluación e identificación de indicadores de presión excesiva y malestar psicológico
3.5. Estrategias de afrontamiento y regulación emocional ante la presión competitiva
3.6. El papel del entrenador y del entorno cercano en la gestión saludable de la presión sobre el deportista adolescente

Temario

04 Bienestar integral del deportista adolescente de alto rendimiento: evaluación, promoción del bienestar e intervención interdisciplinar

4.1. Conceptualización del bienestar en el deportista adolescente de élite
4.2. Determinantes del bienestar en deportistas adolescentes de alto rendimiento
4.3. Evaluación del bienestar y la calidad de vida en el joven deportista de élite
4.4. Programas de promoción del bienestar y prevención del malestar en deportistas adolescentes
4.5. Buenas prácticas y perspectivas de futuro en la promoción del bienestar del deportista adolescente de alto rendimiento

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 2 créditos ECTS y 50 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06 **Contenidos actualizados**
Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07 **El curso, por escrito**
Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08 **Autónomo, pero acompañado**
Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09 **Enseñanza adaptada**
Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10 **Estudio sencillo e intuitivo**
Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

