ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Imagen Corporal y Pensamiento Crítico en Educación Física: Cuerpo, Medios y Redes Sociales

6 ECTS | 150 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



Especialízate con este programa formativo de ICUFOR diseñado para profesionales de la educación que buscan comprender y abordar uno de los desafíos más relevantes del contexto actual: el impacto de los medios de comunicación y las redes sociales en la construcción de la imagen corporal durante la infancia y la adolescencia. En una sociedad saturada de estímulos visuales e ideales corporales inalcanzables, el ámbito educativo se posiciona como un espacio fundamental para promover la aceptación corporal y el bienestar emocional del alumnado.

Duración
150 horas

Créditos
6 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos teóricos y conceptuales de la imagen corporal, diferenciando sus componentes perceptivos, cognitivos, afectivos y conductuales así como los principales modelos explicativos.

Analizar las influencias socioculturales que condicionan la percepción y valoración del cuerpo, reconociendo los mecanismos de presión estética, los estándares de belleza dominantes y las formas de discriminación y resistencia corporal.

Dominar los fundamentos del pensamiento crítico y su aplicación a la alfabetización corporal y mediática, utilizando modelos, taxonomías y estrategias de análisis para deconstruir discursos sociales sobre el cuerpo.

Identificar los factores evolutivos, psicológicos y sociales que intervienen en la construcción de la imagen corporal durante la infancia y la adolescencia, analizando la influencia de la familia, el grupo de iguales, el género y la diversidad.

Examinar el impacto de los medios de comunicación y las redes sociales digitales sobre la imagen corporal de niños y adolescentes, describiendo los mecanismos psicológicos de influencia mediática y las dinámicas propias de las plataformas digitales.

Fundamentar el papel de la Educación Física como espacio privilegiado para la construcción y transformación de la imagen corporal, relacionando el clima motivacional, los contenidos curriculares y la actuación docente con la vivencia corporal del alumnado.

Objetivos del curso

Diseñar estrategias didácticas para el desarrollo del pensamiento crítico sobre el cuerpo en Educación Física, integrando metodologías activas, herramientas de alfabetización mediática y actividades de reflexión adaptadas a diferentes etapas educativas.

Elaborar programas de intervención educativa en imagen corporal y pensamiento crítico, aplicando criterios metodológicos rigurosos para su planificación, implementación y evaluación, e incorporando la prevención de trastornos de la conducta alimentaria y la atención a la diversidad corporal.

Temario

01 Fundamentos teóricos y conceptuales de la imagen corporal

1.1. Definición y delimitación conceptual de la imagen corporal
1.2. Evolución histórica del estudio de la imagen corporal en las ciencias sociales y de la salud
1.3. Principales modelos teóricos explicativos de la imagen corporal
1.4. Imagen corporal positiva e imagen corporal negativa: conceptualización y continuum

02 Construcción y desarrollo de la imagen corporal en la infancia y la adolescencia

2.1. Desarrollo evolutivo de la percepción y la conciencia corporal
2.2. Factores psicológicos asociados a la imagen corporal en la población joven
2.3. Influencia del contexto familiar en la construcción de la imagen corporal
2.4. El grupo de iguales como agente socializador de la vivencia corporal
2.5. Diferencias de género, diversidad funcional y orientación sexual en la experiencia de la imagen corporal durante la infancia y la adolescencia

Temario

03 Influencias socioculturales en la percepción y valoración del cuerpo

3.1. El cuerpo como construcción social: perspectivas sociológicas y antropológicas
3.2. Evolución de los ideales de belleza corporal a lo largo de la historia
3.3. Estándares de belleza contemporáneos y presión social sobre la apariencia
3.4. Interseccionalidad y diversidad corporal: género, raza, clase social y capacidad
3.5. La industria de la belleza, el fitness y la alimentación como agentes de presión sobre la imagen corporal
3.6. Gordofobia, estigma de peso y discriminación por apariencia corporal
3.7. Resistencias y movimientos sociales en torno a la diversidad y la aceptación corporal

Temario

04 Medios de comunicación, cultura visual y representación del cuerpo

4.1. El papel de los medios de comunicación de masas en la construcción de ideales corporales
4.2. Mecanismos psicológicos de influencia mediática sobre la imagen corporal
4.3. La manipulación digital de la imagen: retoque fotográfico, filtros y sus efectos psicológicos en la percepción del cuerpo
4.4. Análisis crítico de mensajes publicitarios y representaciones corporales en los medios de comunicación
4.5. Alfabetización mediática como herramienta de protección frente a la presión corporal

Temario

05 Redes sociales digitales y su impacto en la imagen corporal de niños y adolescentes

5.1. Ecosistema digital actual: principales plataformas, usos y hábitos de consumo en la población joven
5.2. Mecanismos de influencia de las redes sociales sobre la imagen corporal
5.3. El papel de los influencers y los creadores de contenido en la configuración de ideales corporales
5.4. Selfies, filtros de realidad aumentada y el fenómeno de la dismorfia digital
5.5. Ciberbullying relacionado con la apariencia física
5.6. Evidencia científica sobre la relación entre uso de redes sociales e insatisfacción corporal en población infantojuvenil
5.7. Estrategias para promover un uso crítico y saludable de las redes sociales desde el ámbito educativo

Temario

06 Pensamiento crítico: fundamentos, modelos y aplicación a la alfabetización corporal y mediática

6.1. Definición y dimensiones del pensamiento crítico en el contexto educativo
6.2. Principales modelos y taxonomías del pensamiento crítico
6.3. Pensamiento crítico aplicado al análisis de discursos sociales sobre el cuerpo
6.4. Relación entre pensamiento crítico, autonomía personal y resistencia a la presión social y mediática
6.5. Estrategias generales para la enseñanza del pensamiento crítico en el aula
6.6. Formación del profesorado en pensamiento crítico: competencias necesarias y desafíos formativos

07 La Educación Física como espacio de construcción y transformación de la imagen corporal

7.1. Especificidad de la Educación Física en la experiencia corporal del alumnado
7.2. Clima motivacional, competencia percibida e imagen corporal en las sesiones de Educación Física
7.3. Relación entre actividad física, ejercicio físico y deporte con la imagen corporal
7.4. Contenidos curriculares de Educación Física y su relación con la imagen corporal
7.5. La figura del docente de Educación Física como modelo y agente de cambio
7.6. Inclusión y atención a la diversidad corporal en las clases de Educación Física

Temario

08 Estrategias didácticas para el desarrollo del pensamiento crítico sobre el cuerpo en Educación Física

8.1. Principios pedagógicos para una Educación Física crítica y reflexiva
8.2. Estrategias para fomentar la reflexión crítica sobre el cuerpo y la actividad física
8.3. Actividades de alfabetización mediática y digital integradas en la Educación Física
8.4. Metodologías activas y cooperativas para el trabajo sobre imagen corporal
8.5. Integración de actividades expresivas y artísticas en el trabajo sobre imagen corporal en Educación Física
8.6. Uso responsable y educativo de la tecnología digital en las sesiones de Educación Física
8.7. Recursos didácticos y materiales para el tratamiento de la imagen corporal en las clases de Educación Física
8.8. Adaptación de las estrategias didácticas a diferentes etapas educativas y contextos

Temario

09 Prevención de trastornos de la conducta alimentaria y de la dismorfia corporal desde el ámbito educativo

9.1. Trastornos de la conducta alimentaria: conceptualización, clasificación y datos epidemiológicos
9.2. Factores de riesgo y factores de protección en el contexto escolar y deportivo
9.3. Señales de alerta y estrategias de detección temprana en el aula y en la práctica deportiva
9.4. Programas de prevención basados en la evidencia desde el ámbito educativo
9.5. Coordinación interdisciplinar, protocolos de derivación y marco normativo de actuación ante trastornos de la conducta alimentaria en el contexto escolar

Temario

10 Diseño, implementación y evaluación de programas de intervención en imagen corporal y pensamiento crítico

10.1. Fundamentos metodológicos para el diseño de programas de intervención educativa
10.2. Planificación y secuenciación de contenidos y actividades del programa
10.3. Instrumentos de evaluación de la imagen corporal y constructos asociados
10.4. Evaluación del proceso y del impacto del programa de intervención
10.5. Análisis de buenas prácticas y experiencias de referencia a nivel nacional e internacional
10.6. Elaboración de un proyecto de intervención propio: guía metodológica para el trabajo final del curso

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 6 créditos ECTS y 150 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

