



LICENCIATURA EN
CIENCIAS DEL
EJERCICIO FÍSICO

LICEF

Queremos que
seas todo lo
que has
soñado

ITSON
UNIVERSIDAD

En el ITSON queremos que seas todo lo que has soñado

Que estudies, que practiques deporte, que explores todas las formas en que la cultura se puede expresar ¡pinta, baila, canta! queremos que viajes y estudies de intercambio becado por nosotros en otras universidades del país y del extranjero, que hagas amistades con tus nuevos compañeros y tus profesores, que realices investigación que ayude al crecimiento del país, que emprendas tu propia empresa, que aprendas idiomas, que recibas tutoría y atención personalizada cuando lo necesites... para que así seas todo lo que puedes ser y trasciendas en tu vida.

Con nosotros puedes hacer todo esto, ¡y más!

¿POR QUÉ ESTUDIAR

EN EL ITSON?

- 1** Los planes de estudio están basados en estudios de pertinencia exhaustivos realizados por agencias externas, complementados con el trabajo serio y riguroso del personal académico del **ITSON**.
- 2** Incluimos un **programa de formación general** que comprende competencias transversales a través de todo el **plan de estudios**.
- 3** Tenemos diversos **planes de becas y oportunidades de intercambio** académico nacional y en el extranjero.
- 4** El programa de **inglés universitario** te garantiza el **egreso con un nivel suficiente** para desenvolverte en situaciones de la vida diaria y de la profesión.
- 5** Tendrás **acompañamiento** a través de nuestro **programa de tutorías**.
- 6** La **vida cultural te permite desarrollarte** a través de talleres, grupos y festivales artísticos.
- 7** En el **deporte** contamos con la **gama más amplia de disciplinas** de la región.

Además tenemos las mejores instalaciones académicas, tecnológicas, deportivas y culturales.

Si requieres mayor información acerca de la oferta académica o el proceso de admisión, **te invitamos a que visites el sitio web:**

Oferta



Admisiones



OBJETIVO DEL PROGRAMA:

Formar personas profesionistas íntegras, incluyentes y emprendedoras con alto nivel académico y vocación en la cultura física y el deporte, bajo un enfoque científico de las áreas del entrenamiento deportivo, educación física, ocio y tiempo libre y el acondicionamiento físico y salud para el fomento de estilos de vida saludable y la promoción del deporte competitivo en la sociedad.

EL EGRESADO SERÁ CAPAZ DE:

Ser una persona profesionista íntegra, incluyente y emprendedora, capaz de desenvolverse en el ámbito de la cultura física y el deporte tanto en instituciones y centros públicos y privados, así como de forma independiente, desarrollando programas y proyectos bajo un enfoque científico en las áreas de entrenamiento deportivo, educación física, ocio y tiempo libre, y acondicionamiento físico orientado a la salud, con ética, liderazgo y trabajo en equipo.

ÁREAS DE DESEMPEÑO:

- Acondicionamiento físico.
- Readaptación físico-deportiva.
- Orientación nutricional.
- Promoción de la salud.
- Educación física.
- Iniciación deportiva.
- Entrenamiento deportivo.
- Recreación social.
- Turismo alternativo.
- Deporte para personas con discapacidad.
- Ejercicio libre de la profesión.

LUGARES DE DESEMPEÑO:

- Instituciones educativas públicas y privadas.
- Secretaría de educación.
- Gimnasios.
- Instituto del deporte.
- Sector salud.
- Clubes deportivos.
- Laboratorio de rendimiento físico.
- Ludotecas.
- Ligas semiprofesionales y profesionales.
- Escuela deportiva.
- Centros vacacionales.
- Centros ecoturísticos.
- Empresas.

TABLA DE MATERIAS

1 Salud y Desarrollo Personal
Fundamentos de las Capacidades Motrices
Introducción a la Educación Física
Educación Corporal
Expresiones de la Recreación
Fundamentos Básicos de Anatomía y Fisiología Humana

3 Democracia y Gestión Ciudadana
Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo
Inclusión en la Educación Física
Actos Masivos Escolares
Actividades Recreativas
Fisiología del Ejercicio
Actividades al Aire Libre

5 Optativa de Formación General II
Biomecánica Aplicada a la Actividad Física y Deporte
Evaluación de la Educación Física
Investigación de la Cultura Física y Deporte I
Actividades Acuáticas
Estadística Aplicada a la Cultura Física y el Deporte I
Inglés Universitario B1 II

7 Práctica Profesional I
Modelos de Planificación en Deportes Individuales
Iniciación Deportiva II
Acondicionamiento Físico
Administración de Proyectos Turísticos
Optativa I
Medicina del Deporte

2 Análisis de la Información y Comunicación
Detección de Talentos Deportivos
Didáctica de los Deportes
Competencias Didácticas en la Educación Física
Educación del Ocio y Tiempo Libre
Bioenergética Aplicada a la Actividad Física

4 Optativa de Formación General I
Periodización del Entrenamiento Deportivo
Planeación de la Educación Física
Natación
Bioquímica del Ejercicio
Actividades Turísticas
Inglés Universitario B1 I

6 Creatividad e Innovación
Psicología Aplicada a la Actividad Física y Deporte
Iniciación Deportiva I
Investigación de la Cultura Física y Deporte II
Musculación (Técnica y Métodos)
Nutrición
Estadística Aplicada a la Cultura Física y el Deporte II

8 Práctica Profesional II
Modelos de Planificación en Deportes de Conjunto
Acondicionamiento Físico Especial
Seminario de Investigación
Gestión de Proyectos de Ocio y Tiempo Libre
Optativa II
Readaptación Físico Deportiva

INSTITUTO TECNOLÓGICO DE SONORA

¡SOLICITA TU BECA!

<https://itson.mx/becas>

Si tienes deseos de estudiar,
pero necesitas apoyo
económico para hacerlo, en el
ITSON contamos con la **beca**
“Moisés Vázquez Gudiño” para
estudiantes de nuevo ingreso a
programas de Licenciatura y
Profesional Asociado, la cual
brinda **un apoyo económico de**
\$3,000 al semestre por los dos
primeros semestres.



OBREGÓN CENTRO

5 de Febrero 818 sur
Colonia Centro
Ciudad Obregón,
Sonora.

OBREGÓN NÁINARI

Antonio Caso s/n
Colonia Villa ITSON
Ciudad Obregón,
Sonora.

NAVOJOA

Aguascalientes
y Ramón Corona,
Colonia ITSON
Navojoa, Sonora.

GUAYMAS

Carretera al
Aeropuerto, km. 3
Guaymas, Sonora.

EMPALME

Boulevard
Independencia
entre calle 6 y 25
Empalme, Sonora.

Trasciende los límites, estudia en el ITSON.

www.itson.mx/LCEF