



Preparación Física y Rendimiento Deportivo

Técnico

30 Años
CELEBRACIÓN
DE ANIVERSARIO



INFORMACIÓN GENERAL
y Aranceles Vigentes

II CUATRIMESTRE 2025

Matrícula Ordinaria: del 24 de marzo al 18 de mayo.

Matrícula Extraordinaria: del 19 al 25 de mayo.

**Inicio de lecciones:
Lunes 19 de mayo**

III CUATRIMESTRE 2025

Matrícula Ordinaria: del 21 de julio al 7 septiembre.

Matrícula Extraordinaria: del 8 al 14 de septiembre.

**Inicio de lecciones:
Lunes 8 de septiembre**

Miembro Pleno de
SINAES



Requisitos de ingreso, aranceles, fechas de matrícula e inicio de lecciones, financiamiento, contactos de las sedes y horarios de atención, entre otros.

Pasos para **MATRÍCULA**



Matrícula online:

El estudiante puede gestionar la matrícula a través del enlace:

<https://uca.classgestion.com/uvirtual/>

Completa la información del proceso de matrícula en línea, sube los documentos solicitados escaneados, en formato PDF de los requisitos y realiza el pago según corresponda, a través de los medios habilitados.

Documentos necesarios para la matrícula:

1

Título de Bachillerato de Educación Media.

2

Documento de identificación vigente.

3

Fotografía reciente tamaño pasaporte.

Estudiantes extranjeros: Además de presentar los requisitos antes mencionados, su título debe estar apostillado o autenticado por las autoridades consulares y equiparado por el MEP, para más información matriculavirtual@uca.ac.cr

Matrícula presencial:

Presentar:

1. Original y copia del título de Bachiller en Educación Media.
2. Original y copia del documento de identificación vigente.
3. Una fotografía tamaño pasaporte.
4. Realizar el pago de los aranceles correspondientes.

Para los grados de Licenciatura y Maestría:

Además de los requisitos anteriormente mencionados, hay que tomar en cuenta que los diferentes grados requieren estos requisitos:

Licenciatura:

Presentar el título de Bachillerato Universitario y la autorización previa del Director de Carrera para el ingreso a la Licenciatura (auditar el plan de estudios de Bachillerato de donde es egresado), y posteriormente aportar certificación de TCU. No aplica para los estudiantes de la UCA.

Maestría:

Presentar el título de Bachillerato Universitario.



Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo.

PERFIL PROFESIONAL:

Al concluir el plan de estudios cada estudiante:

- Dominará aspectos teóricos-conceptuales de la disciplina que conforman el plan de estudio, para el fortalecimiento de su área de trabajo.
- Tendrá conocimientos acerca de normas de prevención de lesiones deportivas, del sobreentrenamiento, de síndromes como el Burnout, y seguridad en el ambiente donde desarrolla los entrenamientos, en el cuidado en los niveles de intensidad al momento de la planificación deportiva, entre otros.
- Deberá manejar diversas metodologías en prescripción del ejercicio y en la evaluación de la condición física.
- Desarrollará una actitud crítica y reflexiva en los procesos de enseñanza y aprendizaje.
- Desarrollará habilidades para desempeñarse en diferentes áreas de la actividad física y de la salud, en el acondicionamiento físico de las personas, el entrenamiento físico y en el rendimiento deportivo.
- Aplicará los conocimientos que le permitan desempeñarse eficientemente en el ámbito laboral.
- Diseñará programas de entrenamiento especializado.
- Planificará, ejecutará y evaluará programas de ejercicios físicos, siguiendo principios científicos y criterios metodológicos.
- Desarrollará programas de entrenamiento físico para el rendimiento deportivo.
- Aplicará, en su ejercicio profesional, normas de prevención y seguridad.
- Seleccionará el ejercicio físico de acuerdo a la etapa de formación deportiva en que se encuentre la persona, controlando su correcta ejecución.
- Evaluará el estado de salud y nivel de condición física de la persona a fin de programar el ejercicio físico idóneo.
- Conducirá programas de reintegro a la actividad física, de acuerdo a las características de las personas.

¿POR QUÉ ELEGIR ESTE TÉCNICO?

- El sustento teórico, en el fomento de una vida activa y saludable.
- Aplicabilidad a diferentes grupos poblacionales.
- Aplicación de normas de prevención y seguridad.
- El desarrollo y aprendizaje de la técnica y la táctica.
- Alianzas con centros de acondicionamiento físico.
- Vivencias de las realidades del mercado laboral.

PLAN DE ESTUDIO:

CUATRIMESTRE	CURSOS	
	Bloque A (semanas 1 a la 7)	Bloque B (semanas 9 a la 15)
I	Anatomía básica y funcional del aparato locomotor.	Nutrición y suplementación para el rendimiento físico.
	Bases fisiológicas del movimiento humano.	Prescripción del ejercicio físico.
II	Evaluación funcional de la condición física.	Entrenamiento funcional.
	Entrenamiento de las capacidades funcionales.	Neurociencias deportivas y cognitivas.
III	Estrategias de Marketing Deportivo.	Preparación física en deportes de conjunto.
	Entrenamiento de la fuerza y la musculación.	Práctica en preparación física y rendimiento deportivo.

Duración: Un año (tres cuatrimestres)

PROPÓSITO:

Consiste en crear otros niveles de profesionalización, involucrando a cada participante en el desarrollo de capacidades, habilidades y herramientas que le permitan planificar, llevar a la práctica, controlar y dar seguimiento a programas de ejercicios físicos y de preservación de la salud, de acuerdo a principios científicos y criterios metodológicos.

DIRIGIDO A:

Egresados de Enseñanza de la Educación Física, Terapia Física, Promoción de la Salud y Deportistas en general.

REQUISITOS DE INGRESO:

- Bachiller en Educación Media o
- Mayores de 18 años con noveno año de secundaria aprobado. Solicite su cita al correo contacto@uca.ac.cr

MERCADO LABORAL:

Centros de Acondicionamiento Físico (CAF), Comités Cantonales de Deportes y Recreación, piscinas o empresas públicas y privadas, clubes, escuelas, asociaciones deportivas, instituciones municipales y centros comunitarios, como instructor, preparador físico o entrenador de diversos deportes.

Este programa no admite convalidaciones ni suficiencias.

El cupo mínimo de apertura para cada cuatrimestre es de 12 personas.

* Información sujeta a cambios.



ARANCELES

Vigentes*:



Carrera	Técnico	
	Matrícula	Materia
Preparación Física y Rendimiento Deportivo	₡ 37.000,ᶜᵒ	₡ 45.000,ᶜᵒ

Otros rubros

- Curso APA ₡ 20.000,ᶜᵒ
- Carné Estudiantil (requisito). ₡ 7.458,ᶜᵒ

* Monto sujeto a variaciones.

** Precios con correspondiente IVA.

La Matrícula Extraordinaria tiene un recargo de ₡3000,ᶜᵒ adicionales.

Las sedes de La UCA no están autorizadas para realizar cobros de dinero en efectivo.

SISTEMAS DE FINANCIAMIENTO

FINANCIAMIENTO UCA

La UCA ofrece financiamiento del 100%*¹ en las materias, sin intereses. Consiste en cancelar una tercera parte del monto total de las materias matriculadas. Dichos pagos se realizan al final del primer, segundo y tercer mes del cuatrimestre.

Para acceder al financiamiento se debe cancelar antes el monto correspondiente a la matrícula del cuatrimestre y el carné.

*¹ Aplica cargo por mora en caso de atraso, en la mensualidad.

Financiamiento: Se matriculan las 4 materias del bloque y se aplica el financiamiento a cancelar en 3 mensualidades.

Cantidad de Materias	4 Materias
Mensualidad	₡ 60.000,00

Las sedes de La UCA no están autorizadas para realizar cobros de dinero en efectivo.

* MONTOS SUJETOS A VARIACIONES.

FINANCIAMIENTO CONAPE



Te prestamos para que saques un técnico, bachillerato, licenciatura, maestría o doctorado en Costa Rica o en el extranjero.

BENEFICIOS DEL PRÉSTAMO

- Tasa de Interés 4.5% Anual, la más baja del mercado
- Pagas al finalizar de estudiar: Se otorgarán 2 ciclos lectivos adicionales como período de imprevistos para la conclusión de estudios.
- Plazo para cancelar el préstamo: Hasta 14 años.
- No se cobra multa al cancelar la deuda anticipada.
- Se podrán financiar deudas generadas del periodo anterior que los estudiantes mantengan en su Centro de Estudios.
- Póliza sobre saldos deudores: En caso de fallecimiento del solicitante, el préstamo queda amparado a una póliza que cubre el saldo de la deuda.

FINANCIAMIENTO Banco Nacional



PROGRAMA CERO INTERES:

Programa de Lealtad de pago a PLAZOS específicos dirigido a los tarjetahabiente de crédito, físicas, del BNCR.



Atención
al público:



4000-4822

Sede Cartago



WhatsApp: <https://wa.me/50661773300>



Dirección:
75 metros sur de la esquina sureste de los
Tribunales de Justicia de Cartago, Cartago.



contacto@uca.ac.cr

Sede Turrialba



WhatsApp: <https://wa.me/50663018933>



Dirección:
75 metros norte del parque central, frente a la
Casa de la Cultura Jorge Debravo, Turrialba.



sedeturrialba@uca.ac.cr

Sede Heredia



WhatsApp: <https://wa.me/50663018938>



300 metros norte de Walmart, costado Sur del
Liceo Samuel Sáenz Flores, San Francisco de
Heredia.



sedeheredia@uca.ac.cr

Sede Siquirres



WhatsApp: <https://wa.me/50663018946>



Dirección:
150 metros al oeste del antiguo Cable Caribe,
Barrio San Martín, Siquirres, Limón.



sedesiquirres@uca.ac.cr

Sede Pérez Zeledón



WhatsApp: <https://wa.me/50689032255>



Dirección:
Contiguo a la Estación de Bomberos de Pérez
Zeledón (portón Norte del CTP San Isidro).



sedeperezzeledon@uca.ac.cr

Oficina Desamparados



WhatsApp: <https://wa.me/50660769030>



Dirección: 200 Este y 50 Norte de la esquina
Sur Este del Parque Centenario. Contiguo a
CNFL Desamparados, San José.



desamparados@uca.ac.cr

Oferta

Académica

- Bachillerato
- Licenciatura
- Maestría
- Técnicos



● CARRERAS ACREDITADAS,
SEDE CARTAGO

Carreras Universitarias

Ciencias de la Educación

- ● Educación Especial
- ● ● Educación Preescolar
- ● ● Educación con énfasis en I y II Ciclos
- ● ● Educación Física, Deporte y Recreación
- ● Ciencias Naturales
- ● Administración Educativa
- Psicopedagogía

Ciencias Económicas y Administrativas

- ● Administración de Empresas con énfasis en Banca y Finanzas
- ● Contaduría
- ● Administración de Recursos Humanos

Ciencias Sociales

- ● Derecho
- Derecho Notarial y Registral

Ingeniería

- ● Ingeniería Informática

Técnicos

- Técnico en Preparación Física y Rendimiento Deportivo
- Técnico Telemática

Ventajas de estudiar en UCA

- Somos una institución marca país Esencial Costa Rica, ya que nuestros servicios se ajustan a los valores de excelencia, sostenibilidad, origen, innovación y progreso social.
- Educación de calidad para estudiantes de todas las sedes, carreras y grados académicos.
- Financiamiento institucional sin necesidad de fiadores.
- Acceso a diferentes Bibliotecas digitales.
- Acceso a Office 365 que nos permite crear, acceder y compartir documentos en Word, Excel, One Note, Power Point y Teams.
- Alianzas y convenios con diferentes empresas a nivel nacional.
- 5 sedes alrededor del país.
- Somos Miembro Pleno SINAES. Contamos con las carreras de Contaduría Pública, Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación, Educación I y II Ciclos acreditadas por SINAES.
- Estamos en constante actualización de carreras para estar acorde a la demanda nacional.

Tenemos **30** Años de experiencia
en educación universitaria de excelencia