

# Lic. Educación Física y del Deporte

Rita Abigail Cruz Mena



Fomentar la actividad física y el deporte para que todo individuo optimice sus habilidades, aptitudes y destrezas por medio de ejercicios y actividades recreativas. Mejorar habilidades y valores que produzcan cambios intelectuales, emocionales y sociales en el individuo.

## Curso académico

11 de junio del 2010

Sistema de capacitación y certificación para Entrenadores Deportivos

Modelo curricular de un nivel

08 y 09 de Febrero del 2013

Metodología del Deporte

Reconocimiento por parte del SICCED

## Experiencia laboral

Enero del 2009 Entrenadora

Municipio

En el campamento de verano impartí los entrenamientos de futbol y las clases de psicomotricidad a niños de 3 a 15 años.

Agosto del 2009 Entrenadora

Municipio

En las canchas del municipio impartí los entrenamientos de futbol a jóvenes de 13 a 15 años tres veces por semana y en los partidos los dirigía.

Enero del 2010 Arbitro

Municipio

En las canchas del municipio fui juez en los partidos que se realizaron en diferentes categorías

Diciembre del 2010 Coordinadora

Cuenta propia

Organizar el torneo relámpago para todos los jóvenes .

INPODE

Participación como juez (auxiliar) en los juegos Parapanamericanos Guadalajara 2011

Junio del 2011 Maestra

INPODE Unidad deportiva "Montecillo"

R.F.C. IPD9005154V6

En el campamento de verano impartí las clases de psicomotricidad y recreación acuática a los niños de 4 a 6 años.

Agosto del 2013 Entrenadora de futbol

Club Loma Raquet

En el campamento de verano impartí los entrenamientos de futbol edades infantiles y juveniles.



### Trabajos voluntarios

Realice mi servicio social en la preparatoria CECYTE dando entrenamiento de futbol rápido femenino.

Trabaje con personas con sobre peso dando clase de zumba.

Organice dentro de la Universidad Tangamanga la primera demostración de Escoltas.

Organice torneos de futbol para adolescentes en la colonia retornos.

### Idiomas

Ingles ( básico )

### Intereses y actividades

Me gusta practicar futbol vóleibol, basquetbol, etc.

Acudir al parque a jugar y convivir con la familia.

Leer sobre temas de interés.

Escuchar música.

Viajar y conocer nuevos lugares.

### Aficiones

Mi trabajo es mi afición me gusta lo que hago y superar mis metas.

Uno de mis deportes favoritos es el futbol ya que también lo practico.

### Informática

Curso de computación ( básico )

### Reconocimientos

Sistema de capacitación y certificación para Entrenadores Deportivos

Modelo curricular de nivel uno .

Metodología del Deporte

Reconocimiento por parte del SICCED

Reconocimiento por parte de la loma racquet, por colaborar en la carrera 30 tva. Edición de la carrera internacional Lomas 15 k. parte de la logística y áreas especiales.

Reconocimiento por parte de la esc. Sec. Gral. "potosinos ilustres" por excelente desempeño en actividades programadas por la institución.

Reconocimiento por la participación como voluntario durante los XXXVIII juegos Nacionales deportivos sobre sillas de ruedas.

IMMNSA

Reconocimiento como entrenadora en los torneos relámpago en la categoría infantil en Enero del 2010

Reconocimiento de promedio académico por parte de la Universidad Tangamanga