

CURRICULUM VITAE

DATOS PERSONALES

1. Nombre: Immanuel Cruz Fuentes
2. Lugar y fecha de nacimiento: Bragança Paulista, Sao Paulo, Brasil. 4 de agosto, 1989.
3. Nacionalidad: brasileño-costarricense
4. Campos de especialización:
 - Mediación educativa
 - Anatomía
 - Kinesiología
 - Biomecánica
 - Balonmano

B. TÍTULOS, GRADOS ACADÉMICOS Y OTROS ESTUDIOS

1. Bachillerato: Bachillerato en Promoción de la Salud Física. 28 de mayo, 2012. Universidad Nacional, Costa Rica.
2. Maestría: Magister Scientiae en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud. 26 de mayo, 2015. Universidad Nacional, Costa Rica.

b.1 OTROS

b.1.1. Estudios de posgrado o especialización sin título: Doctorado en Educación con énfasis en Didáctica. *En curso*. Universidad Estatal a Distancia, Costa Rica.

b.1.2. Cursos de capacitación en didáctica universitaria, extensión e investigación:

- Curso “Diseño e Implementación de Cursos en el Aula Virtual”. Programa de Evaluación Académica y Desarrollo Profesional, UNA. 2015 (20 horas).
- Curso: “Uso Avanzado del Aula Virtual: Cuestionarios y Calificaciones”. Proceso de Actualización Profesional, UNA. 2016 (8 horas).
- Curso “Buenas Prácticas Clínicas”. Maestría Interuniversitaria en Bioética UNA – UCR. 2016 (24 horas).
- Curso “Métodos de Evaluación en la Educación Superior”. Proceso de Actualización Profesional, UNA. 2016 (24 horas).
- Curso “Aprovechamiento de los Recursos de Información en Línea”. Proceso de Actualización Profesional, UNA. 2017 (10 horas).
- Curso “Publicaciones Académicas: redacción de artículos científicos”. Vicerrectoría de Extensión, UNA. 2019 (40 horas)

b.1.3. Participación en cursos con duración menor a un año:

- Curso Nivel I para Entrenadores de Balonmano. Federación Costarricense de Balonmano. 2013 (30 horas).
- Curso Nivel II para Entrenadores de Balonmano. Federación Costarricense de Balonmano. 2015 (80 horas).
- Curso Internacional de Balonmano de Playa Básico para Entrenadores y Árbitros. Federación Costarricense de Balonmano. 2015 (26 horas).
- Curso “Marketing Digital Aplicado al Deporte”. Comité Olímpico de Costa Rica. 2016 (20 horas).

CURRICULUM VITAE

- Curso “Desarrollo de la Percepción Visual para Mejorar la Creatividad Táctica en el Balonmano de Base”. Federación Costarricense de Balonmano - UNA. 2017 (18 horas).
- Curso “Actualización de Balonmano”. Federación Costarricense de Balonmano - UNA. 2017 (18 horas).
- Curso “Técnico para Entrenadores”. Solidaridad Olímpica y Comité Olímpico Nacional de Costa Rica. 2017 (40 horas).
- Licencia D Internacional – “Entrenador de Balonmano IHF”. Solidaridad Olímpica y Federación Internacional de Balonmano. 2017 (40 horas).
- Curso “Iniciación en Balonmano”. Edición 1. FECOBAL. 2017 (50 horas – Facilitador).
- Curso “Aula Virtual CIEMHCAVI”. UNA. 2017 (40 horas – Facilitador).
- Curso “Introducción al Metaanálisis”. UNA. 2018 (12 horas).
- Curso “Actividad física y salud pública (AVANZADO)”. Instituto Nacional de Salud Pública, México. 2018 (40 horas).
- Curso “Iniciación en Balonmano”. Edición 2. FECOBAL. 2019 (40 horas – Facilitador).
- Curso “Iniciación en Balonmano”. Edición 3. FECOBAL. 2019 (40 horas – Facilitador).
- Taller “Fotografía para proyectos de Acción Social y Extensión Universitaria”. CONARE. 2019 (8 horas).

b.1.4. Participación en seminarios, coloquios, talleres y actividades similares:

- Taller “Técnicas de Combinación de Tai Chi y Yoga”. Programa Movimiento para la Vida (MOVI), UNA. 2009. (2 horas - Asistente)
- Taller “Danza Movimiento Terapia”. Programa Movimiento para la Vida (MOVI), UNA. 2009. (2 horas - Asistente)
- Simposio Internacional de Salud, Actividad Física y Calidad de Vida. UNA. 2009. (12 horas Asistente)
- Congreso Internacional de Rendimiento Deportivo. UNA. 2009. (25 horas - Asistente)
- III Congreso Internacional de Actividad Física, Salud y Calidad de Vida. UNA. 2011. (20 horas - Asistente)
- Taller “Integración de Equipos UNA”. UNA. 2015. (8 horas - Asistente).
- VI Congreso Iberoamericano en Psicología del Deporte. UNA. 2016. (Organizador).
- VII Congreso Internacional en Ciencias del Movimiento Humano. UNA. 2017. (30 horas – Asistente).
- I Congreso Nacional de Educación Física y Deporte. UCR – UNA – ICODER – MEP – CON. 2018 (30 horas – Asistente).
- XXVII Encuentro Centroamericano y del Caribe para el Estudio de la Danza Contemporánea. UNA. 2019 (Organizador).

C. CONOCIMIENTOS DE LENGUAS

1. Dominio Total: español, inglés.
2. Manejo instrumental: italiano.

D. EXPERIENCIA PROFESIONAL

1. Educación superior:

- Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica. Desde octubre, 2016 hasta la actualidad.
 - Docente en el Bachillerato en Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación (Kinesiología deportiva y biomecánica básica, Aprendizaje y enseñanza del balonmano).
 - Docente en el Bachillerato en Promoción de la Salud Física (Kinesiología y biomecánica básica, Instrucción y promoción de la salud física en centros de acondicionamiento físico - práctica profesional supervisada-).

CURRICULUM VITAE

- PPAA: Gestión de la Calidad (Participante del Proceso de reacreditación del Bachillerato en Enseñanza de la Educación Física, Deporte y Recreación y de acreditación Bachillerato en Promoción de la Salud Física 2018 – 2022)
 - PPAA: Centro de Estudios para el Desarrollo del Rendimiento y la Salud – CEDERSA (Participante académico de las Actividades Académicas: Laboratorio de Entrenamiento Contra-resistencia y Balonmano para la Sociedad).
 - PPAA: Laboratorio de Biomecánica Aplicada (Coordinador y responsable de las actividades del proyecto).
 - Escuela de Danza, Universidad Nacional, Costa Rica. Desde enero, 2016 hasta la actualidad.
 - Académico en el Bachillerato en Danza (Principios de Anatomía y Fisiología Humanas).
 - PPAA: Apoyo a la Docencia en la Escuela de Danza (Coordinador y responsable de las actividades de la actividad académica).
 - PPAA: Centro de Prevención y Preparación para la Danza y las Artes (Coordinador y responsable de las actividades del proyecto).
2. Otros niveles de enseñanza:
- Universidad Nacional – Online Education Center (Grupo SobreEntrenamiento™). Desde abril de 2019 hasta la actualidad. Coordinador y capacitador de cursos en línea de temáticas sobre deporte, salud y actividad física (Áreas de entrenamiento funcional y contrarresistencia, uso de redes sociales en el deporte y otros).
 - Universidad Nacional, Costa Rica. Desde julio de 2019 hasta octubre de 2019. Profesor Capacitador en el Técnico en Entrenamiento Deportivo – Región Norte Norte [Upala] (Área de Anatomía y Biomecánica).
 - Universidad Nacional, Costa Rica. Desde abril de 2019 hasta junio de 2019. Profesor Capacitador en el Técnico en Entrenamiento Deportivo – Región Caribe [Limón] (Área de Anatomía y Biomecánica).
 - Comité Olímpico Nacional, Costa Rica. Desde enero de 2019 hasta mayo de 2019. Profesor Capacitador en el Técnico en Entrenamiento Deportivo (Área de Anatomía y Biomecánica).
 - Federación Costarricense de Balonmano. Desde octubre de 2018 hasta febrero de 2019. Monitor Deportivo de Balonmano – Región Heredia.
 - Federación Costarricense de Balonmano. Desde setiembre de 2018 hasta febrero de 2019. Entrenador Nacional – Selecciones Juvenil (sub18) y Mayor en categoría femenina.
 - Comité Cantonal de Deporte y Recreación de Heredia, Costa Rica. Desde julio de 2013 hasta marzo de 2019. Coordinador y Entrenador Deportivo (Área de Balonmano).
 - Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica. Desde setiembre de 2014 hasta setiembre 2018. Profesor Capacitador Proyecto Cursos Libres (Área de Entrenamiento Contrarresistencia).
 - Federación Costarricense de Balonmano. Desde agosto de 2017 hasta marzo de 2018. Monitor Deportivo de Balonmano – Región Heredia.
 - Federación Costarricense de Balonmano. Desde marzo de 2016 hasta octubre de 2016. Entrenador Nacional – Selección Juvenil (sub19) Femenina.
 - Federación Costarricense de Balonmano. Desde noviembre de 2011 hasta octubre de 2013. Asistente Técnico – Selección Mayor Masculina.
3. Experiencia administrativo-académica o paraacadémica.
- Escuela Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Universidad Nacional, Costa Rica. Desde julio de 2014 hasta septiembre de 2016. Técnico General en Servicios Paraacadémicos – Instructor de

CURRICULUM VITAE

Centro de Acondicionamiento Físico (Paraacadémico del Programa Centro de Desarrollo y Rehabilitación de la Salud – CEDERSA)

E. PRODUCCIÓN INTELECTUAL

1. Publicaciones:

- Artículos:

- Rojas, D., Gutiérrez, R., Sánchez, B., Gutiérrez, J., Cruz, I., y Salas, J. (2015) Comportamiento Neuromuscular posterior a la Competencia en Jugadores Profesionales de Fútbol de Costa Rica: Un Seguimiento Tensiomiográfico. *Pensar en Movimiento*, 13(2), Costa Rica, pp 1-15. Disponible en: <http://www.revistas.ucr.ac.cr/index.php/pem/article/view/19246/21687>

- Tesis

- Cruz, I.; Araya, G., Salas, J., y Barrantes, K. (2014). “Efectos Agudos y Crónicos de la Práctica Sistemática de Balonmano sobre el Bienestar Subjetivo y psicológico en Mujeres Adolescentes Estudiantes de Secundarias con distintos Niveles de Experticia”. Tesis para la obtención del título de Magister Scientiae en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud. Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica.
- Fernández, S., Araya, G., Cruz, I., y Fonseca, H. (2017). Predictores de la Actividad Física en Adolescentes Costarricenses: Análisis de la Condición Socioeconómica, Género, Nivel Académico, Influencia Parental y de Pares, y de la Condición Física en Estudiantes de Colegio del Área Metropolitana de San José. Tesis para la obtención del título de Magister Scientiae en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud. Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica.
- Brenes, M., Chacón, Y., Rodríguez, D., y Cruz, I. (2019). Relación del nivel de actividad física, depresión, estrés y ansiedad, autoconcepto personal y satisfacción laboral en docentes de secundaria de dos

CURRICULUM VITAE

colegios públicos de Heredia. Tesis para la obtención del título de Magister Scientiae en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud. Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica

- Ponencias:

- XXI Simposio Internacional en Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud. UCR. 2015. Ponencia: "Efectos Agudos y Crónicos de la Práctica Sistemática de Balonmano sobre el Bienestar Subjetivo y psicológico en Mujeres Adolescentes Estudiantes de Secundarias con distintos Niveles de Experticia".
- XXI Simposio Internacional en Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud. UCR. 2015. Ponencia: "Seguimiento de las Cualidades Neuromusculares Post Competencia de un Grupo de Futbolistas Costarricenses de Primera División durante el Torneo de Invierno 2014".
- XXIII Simposio Internacional en Ciencias del Deporte, el Ejercicio y la Salud. UCR. 2017. Ponencia: "Sistematización de una Experiencia Práctica: Dirección Técnica Integral para la Obtención de la Medalla de Oro en el Trophy Centroamericano Femenino Sub 19 de Balonmano – Cartago 2016".
- V Foro de Academia Innovadora. UNA. 2017. Ponencia: "Virtualización en la extensión universitaria: Una experiencia de la capacitación externa en las Ciencias del Movimiento Humano".

F. DISTINCIONES.

Notas laudatorias

- Magna Cum Laude en la obtención del título de Magister Scientiae en Salud Integral y Movimiento Humano con énfasis en Salud por la ponencia de tesis titulada: "Efectos Agudos y Crónicos de la Práctica Sistemática de Balonmano sobre el Bienestar Subjetivo y Psicológico en Mujeres Adolescentes Estudiantes de Secundarias con distintos Niveles de Experticia".

Premios

- 3er Lugar Centroamericano – X Juegos Centroamericanos San José 2013 – Asistente Técnico Selección Mayor Masculina de Balonmano de Costa Rica.
- 3er Lugar Nacional – XXXIII Juegos Deportivos Nacionales Altura Guanacaste 2014 – Entrenador Selección Juvenil Femenina de Balonmano del C.C.D.R. Heredia.
- 2do Lugar Nacional – XXXIV Juegos Deportivos Nacionales Zona Norte 2015 – Entrenador Selección Juvenil Femenina de Balonmano del C.C.D.R. Heredia.
- 2do Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL 2012 – Jugador Federado de Balonmano Equipo CAGRUROJC.
- 1er Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL 2014 – Jugador Federado de Balonmano Equipo CIEMHCAVI.
- 2do Lugar Nacional – Torneo Nacional de la FECOBAL 2014 – Jugador Federado de Balonmano Equipo CIEMHCAVI.
- 1er Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL 2015 – Jugador Federado de Balonmano Equipo C.C.D.R. San José.
- 2do Lugar Nacional – Torneo Nacional de la FECOBAL 2015 – Jugador Federado de Balonmano Equipo C.C.D.R. San José.
- 3er Lugar Nacional – XXXV Juegos Deportivos Nacionales San José 2016 – Entrenador Selección Juvenil Femenina de Balonmano del C.C.D.R. Heredia.
- 1er Lugar Centroamericano – Challenge Trophy Centroamericano Cartago, Costa Rica 2016 – Entrenador Selección Juvenil sub19 Femenina de Balonmano de Costa Rica.

CURRICULUM VITAE

- 2do Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL 2018 – Entrenador Federado de Balonmano Equipo Femenino CIEMHCAVI.
- 3er Lugar Nacional – Torneo Nacional de la FECOBAL 2018 – Entrenador Federado de Balonmano Equipo Femenino CIEMHCAVI.
- 1er Lugar Centroamericano – Copa El Salvador, San Salvador, El Salvador 2018 – Entrenador Selección Juvenil sub18 Femenina de Balonmano de Costa Rica.
- 2do Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL 2019 – Entrenador Federado de Balonmano Equipo Femenino CIEMHCAVI.
- 1er Lugar Nacional – Torneo de Copa de la FECOBAL Hermman Bruner 2019 – Entrenador Federado de Balonmano Equipo Masculino CIEMHCAVI.
- 2do Lugar Nacional – Torneo Nacional de la FECOBAL 2019 – Entrenador Federado de Balonmano Equipo Masculino CIEMHCAVI.

G. Historial Deportivo

Equipos de Primera División

- Equipo CAGRUROJC (2010 – 2011)
 - Subcampeón Nacional de Torneo de Copa de la FECOBAL 2010
- Equipo UNA (2012 – 2013)
- Equipo CIEMHCAVI (2014)
 - Campeón Nacional de Torneo de Copa de la FECOBAL 2014
 - Subcampeón Nacional de Torneo de Primera División de la FECOBAL 2014
- Equipo San José Handball (2015)
 - Campeón Nacional de Torneo de Copa de la FECOBAL 2015
 - Subcampeón Nacional de Torneo de Primera División de la FECOBAL 2015
- Equipo CCDD Heredia (2016 – 2018)
- Equipo CIEMHCAVI (2019)
 - Campeón Nacional del Torneo de Copa Hermman Bruner 2019

Selección Nacional Mayor de Balonmano

- Convocatoria para proceso del Torneo Centroamericano de Balonmano (2013).
- Convocatoria para proceso de Juegos Centroamericanos y el Caribe Veracruz (2014).
- Convocatoria para proceso de Juegos Centroamericanos 2020 (2019).

Documento actualizado para enero de 2020.