



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

MF0516_3 Metodología y Práctica de Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos
Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiandes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminetemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

MF0516_3 Metodología y Práctica de Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical



DURACIÓN
180 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

TITULACIÓN de haber superado la FORMACIÓN NO FORMAL que le Acredita las Unidades de Competencia recogidas en el Módulo Formativo MF0516_3 Metodología y Práctica de Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical regulada en el Real Decreto 1518/2011, de 31 de Octubre, por el que se establece el Certificado de Profesionalidad AFDA0110 Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical. De acuerdo a la Instrucción de 22 de marzo de 2022, por la que se determinan los criterios de admisión de la formación aportada por las personas solicitantes de participación en el procedimiento de evaluación y acreditación de competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral o vías no formales de formación. EUROINNOVA FORMACIÓN S.L. es una entidad participante del fichero de entidades del Sepe, Ministerio de Trabajo y Economía Social.

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Euroinnova International Online Education.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A

Firma del Alumno/a

NOMBRE DE AREA MANAGER

La Dirección Académica





Con Estatuto Consultivo, Categoría Superior del Consejo Económico y Social de la UNED (CCEP) (Plan: Procedimiento 0005)

Descripción

En la actualidad el culto al cuerpo y a la imagen personal se encuentra en crecimiento constante. Por otro lado, las personas somos cada vez más conscientes de que la actividad física ayuda a poseer un adecuado estado de salud por lo que el número de personas que habitualmente realizan algún tipo de actividad física aumenta con el paso de los años. A través de este Módulo Formativo podremos conocer los beneficios del Fitness, los ejercicios más adecuados para el desarrollo de distintas capacidades y qué importancia tiene para nuestra salud el realizar ejercicios diarios y llevar a cabo actividades físico-deportivas. Además de todo esto, es conveniente conocer el funcionamiento de nuestro cuerpo humano, para así entender cómo nos movemos, porqué nos movemos y qué mecanismos hacen que esto ocurra. Así, con el presente curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para la dirección y dinamización de las actividades físicas en instalaciones deportivas.

Objetivos

- Analizar las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas y el tipo de hábitos y prácticas complementarias a la actividad física que tiene en una repercusión directa sobre la salud.
- Analizar los mecanismos de adaptación fisiológica de los distintos órganos y sistemas relacionándolos con la práctica de actividades físicas.
- Elaborar programas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical adaptados a las distintas variantes de este tipo de actividades en función de las topologías y niveles de los usuarios más habituales.
- Analizar los movimientos básicos del aparato locomotor desde el punto de vista biomecánico y su implicación para la ejecución de ejercicios físicos.
- Aplicar técnicas de supervisión y mantenimiento de las instalaciones y recursos materiales

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

característicos de las SEPs, para asegurar su adecuación y seguridad en el desarrollo de las distintas actividades de entrenamiento.

- Evaluar Programas de Fitness colectivo con soporte musical, tanto en sus distintas etapas (ciclos) como en su completo desarrollo, en lo relativo a, la calidad del servicio y el grado de satisfacción de los usuarios/clientes por la evolución de su condición física y técnica.
- Identificar y aplicar en situaciones simuladas los planes de emergencia más habituales en instalaciones deportivas.

A quién va dirigido

Este curso está dirigido a los profesionales del mundo de las actividades físicas y deportivas, concretamente en acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, dentro del área profesional de actividades Físico-Deportivas Recreativas, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir conocimientos relacionados con la programación, dirección y dinamización de actividades de Fitness colectivo con soporte musical.

Para qué te prepara

La presente formación se ajusta al itinerario formativo del Módulo Formativo MF0516_3 Metodología y práctica de Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical, certificando el haber superado las distintas Unidades de Competencia en él incluidas, y va dirigido a la acreditación de las Competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral y de la formación no formal, vía por la que va a optar a la obtención del correspondiente Certificado de Profesionalidad, a través de las respectivas convocatorias que vayan publicando las distintas Comunidades Autónomas, así como el propio Ministerio de Trabajo (Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, que desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional y establece un procedimiento permanente para la acreditación de competencias profesionales adquiridas por experiencia laboral o formación no formal).

Salidas laborales

Desarrolla su actividad tanto en el ámbito público, ya sea la Administración General del Estado, las administraciones autonómicas o locales, como en entidades de carácter privado, ya sean grandes, medianas o pequeñas empresas, en gimnasios, empresas de servicios deportivos, patronatos deportivos o entidades deportivas municipales, clubes o asociaciones deportivas, clubes o asociaciones de carácter social, empresas turísticas (hoteles, camping, balnearios, otros), grandes empresas con servicios deportivos para sus empleados, centros geriátricos o de carácter social, federaciones deportivas, organismos públicos de deportes (diputaciones, direcciones generales de deporte, otros).

TEMARIO

MÓDULO 1. METODOLOGÍA Y PRÁCTICA DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN GRUPO CON SOPORTE MUSICAL

UNIDAD FORMATIVA 1. PROFRAMACIÓN EN FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA - ADAPTACIONES FUNCIONALES PARA LA SALUD (FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO).

1. Concepto de «Fitness».
2. Concepto de «wellness», evolución del «Fitness» al «wellness»
3. Adaptacion funcional . respuesta saludable a la actividad fisica
4. Metabolismo energético.
5. Adaptación cardio-vascular.
6. Adaptación del sistema respiratorio.
7. Hipertrofia - Hiperplasia.
8. Distensibilidad muscular: Límites - incremento adaptativo.
9. Adaptación del sistema nervioso y endocrino.
10. Fatiga y recuperacion:
11. Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividad física.
12. Higiene corporal y postural.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FACTORES DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ.

1. Condición Física - Capacidades Físicas.
2. Capacidades Fisicas y Rendimiento Atletico (concepto tradicional):
3. Condicion Fisica en Fitness . Componentes:
4. Capacidades coordinativas:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN FITNESS.

1. Principios generales del desarrollo de las capacidades condicionales:
2. El Fitness colectivo con soporte musical como sistema de acondicionamiento fisico:

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL.

1. Fundamentos - marco teorico:
2. Elementos de la programacion.
3. Teoria y practica de las tecnicas de programacion en el ambito del Fitness colectivo con soporte musical:

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE ENTRENAMIENTO EN FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL.

1. Elaboración - progresión secuencial de cada tipo de actividad.

2. Programas cardiovasculares con aparatos y/o maquinas auxiliares para la mejora cardiovascular:
3. Programas cardiovasculares con actividades derivadas del Aeróbic o la danza.
4. Programas de tonificación o de intervalos.
5. Programas de propiocepción postural y dominio del movimiento, basadas en las gimnasias suaves.
6. La sesión de entrenamiento:
7. Progresión coreografiada en la sesión de entrenamiento:

UNIDAD DIDÁCTICA 6. RECURSOS INFORMÁTICOS APLICADOS AL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL.

1. Software específico de entrenamiento y elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física aplicados al Fitness colectivo con soporte musical.
2. Ofimática adaptada.

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EVALUACIÓN APLICADA AL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL.

1. Ajustes necesarios del programa.
2. Elementos e instrumentos para la evaluación:
3. Desarrollo de planillas, test, pruebas y cuestionarios de registro de datos:
4. Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de Programas de Fitness colectivo con soporte musical.

UNIDAD FORMATIVA 2. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN ACTIVIDADES FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES, APARATOS Y ELEMENTOS PROPIOS DEL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL. MANTENIMIENTO PREVENTIVO Y OPERATIVO.

1. Características de las salas de Fitness colectivo con soporte musical.
2. Medidas de seguridad básicas para el uso sin riesgos de los espacios estructurales y del material auxiliar.
3. Accesibilidad a los espacios y materiales de personas con alguna limitación de autonomía personal.
4. Inventario actualizado de materiales auxiliares.
5. Calendario de mantenimiento de las estructuras y materiales auxiliares.
6. Peso libre: barras, discos y mancuernas.
7. Gomas elásticas, «Step», colchonetas y otros.
8. Bicicletas «indoor», elípticas y otros.
9. Proceso de mantenimiento preventivo, operativo y correctivo:

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOMECÁNICA APLICADA A LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS.

1. Principios básicos de la biomecánica del movimiento:
2. Componentes de la Biomecánica:
3. Los reflejos miotáticos-propioceptivos:
4. Análisis de los movimientos:
5. Biomecánica básica de los ejercicios con cargas externas:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNDAMENTOS DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA APLICADOS AL OCIO Y A LAS

ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO.

1. Desarrollo evolutivo:
2. Sociología del ocio, y la actividad físico deportiva:

UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DE INSTRUCCIÓN EN EL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL.

1. Proceso de instrucción-enseñanza en las actividades rítmicas:
2. Estrategias de motivación hacia la ejecución.
3. Técnicas de enseñanza.
4. Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores de ejecución:
5. Metodología específica de aprendizaje de secuencias-composiciones coreográficas:
6. Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en Fitness colectivo con soporte musical.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MEDIDAS COMPLEMENTARIAS AL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.

1. Ayudas psicológicas.
2. Ayudas ergogénicas: complementos dietéticos.
3. Ayudas fisiológicas.
4. Composición corporal, balance energético y control de peso:
5. Técnicas recuperadoras.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. COLECTIVOS CON NECESIDADES ESPECIALES EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS.

1. Discapacidad
2. Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.
3. Organización y adaptación de recursos:

UNIDAD DIDÁCTICA 7. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.

1. Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental y de seguridad y de salud laboral en instalaciones deportivas:

UNIDAD FORMATIVA 3. EVENTOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVENTOS CARACTERÍSTICOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Concepto y características y momento de aplicación de los distintos eventos en el ámbito del Fitness.
2. Clasificaciones y tipos de eventos:
3. Criterios para el diseño de la ficha y del fichero de eventos en el ámbito del Fitness.
4. Adecuación de los distintos tipos de eventos las características del grupo (edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes, entre otros).
5. Espacio y tiempo de juego (posibilidades y tipos).
6. Objetivos y funciones de los distintos tipos de eventos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PLANIFICACIÓN DE EVENTOS, COMPETICIONES Y CONCURSOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Interpretación del programa y de las directrices de la entidad de referencia.
2. Análisis del contexto de intervención
3. Mercadotecnia deportiva-recreativa
4. Diseño de la Planificación de eventos en el ámbito del Fitness

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ORGANIZACIÓN - DINAMIZACIÓN DE EVENTOS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Promoción e información:
2. Circulación de personas y materiales.
3. Habilitación de instalaciones y recursos materiales.
4. Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del Fitness
5. Dinamización de eventos en el ámbito del Fitness seco y acuático
6. Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación
7. Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del Fitness

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!

España     
Latino America  
Reública Dominicana  

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By
EDUCA EDTECH
Group