



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EDU
SPORT

Curso de Monitor de Entrenamiento Funcional de Alto Rendimiento + Monitor Deportivo (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)





Entrena tu pasión,
fortalece tu talento

ÍNDICE

1 | Somos
EduSport

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
EduSport

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EDUSPORT

EDUSPORT es una institución de formación deportiva online dedicada a ofrecer educación de calidad en el ámbito del deporte. Nuestro objetivo **proporcionar a los entusiastas del deporte las herramientas necesarias con las que elevar sus habilidades al máximo potencial**, alcanzar sus metas y disfrutar de su pasión por el deporte de forma plena.

A través de nuestro contenido educativo, programas personalizados y una comunidad en línea damos lo mejor de nosotros por inspirar, motivar y guiar a nuestros estudiantes en su viaje hacia la excelencia deportiva. En EDUSPORT conocimiento y práctica van unidos y nuestro compromiso con el alumnado es firme para conseguir que alcancen un futuro profesional prometedor.

Más de
18
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 curso en la web](#)

EDU
SPORT



Desde donde quieras y como quieras,
Elige EDUSPORT



QS, sello de excelencia académica

Edusport: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EDUSPORT

EDUSPORT se engloba en el conjunto de **EDUCA EDTECH** Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online. Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH 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.

Gracias a ello ha conseguido **el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.**



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA

Universidad de
Vitoria-Gasteiz **EUNEIZ**



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

BY EDUCA EDTECH

EDUSPORT 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 curso en la web](#)

**EDU
SPORT**

METODOLOGÍA LXP

La metodología **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 dónde, cuándo y cómo 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.



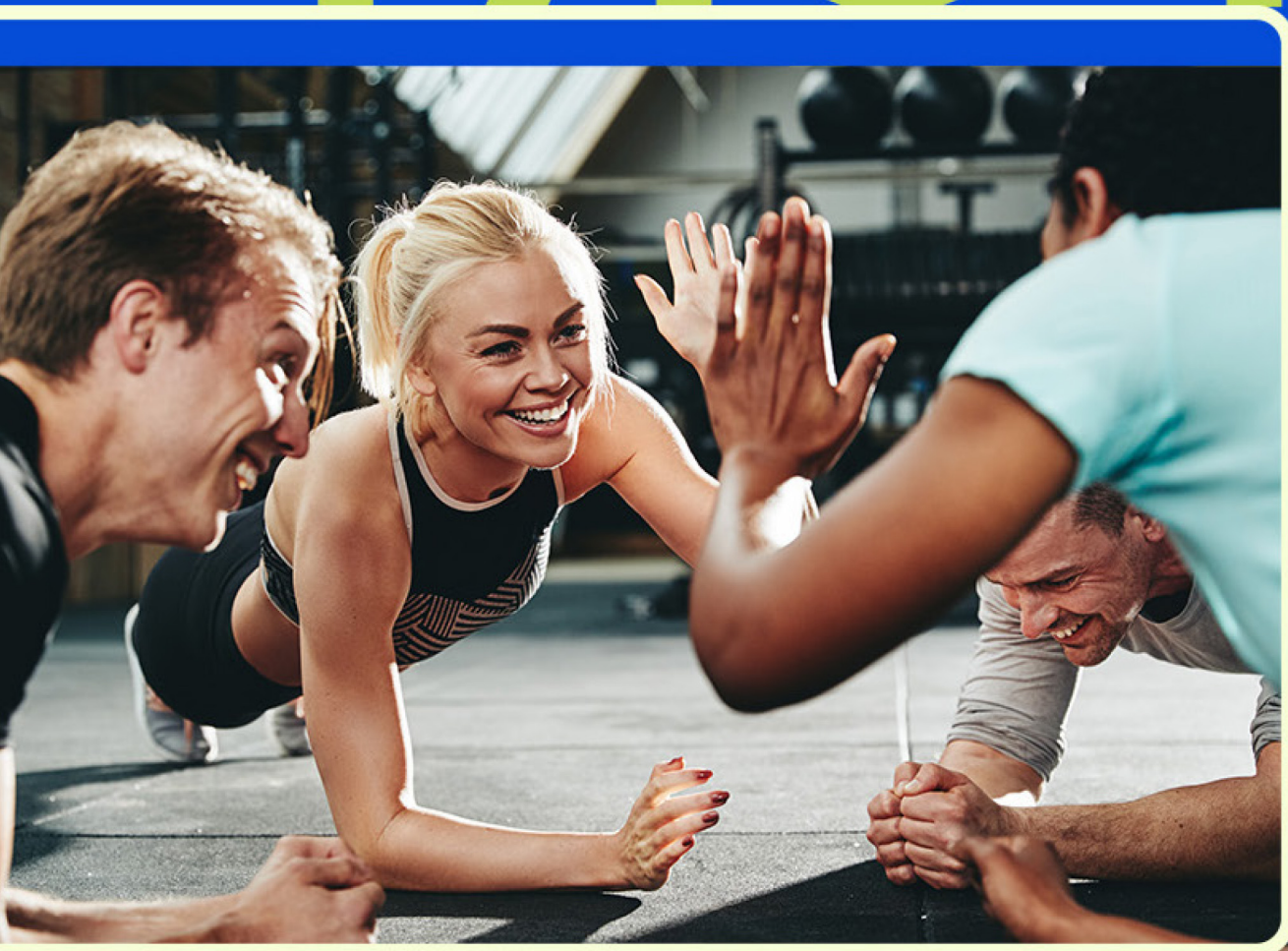
5. Innovación

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 EDUSPORT

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.

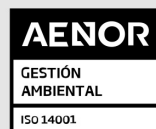


NO ESTARÁS SOLO

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 100 % sin intereses 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

33% Beca
DISCAPACIDAD

20% Beca
DEPORTISTAS DE ÉLITE,
ALTO NIVEL Y ALTO
RENDIMIENTO



EDU
SPORT

[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



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



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

Curso de Monitor de Entrenamiento Funcional de Alto Rendimiento + Monitor Deportivo (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)



DURACIÓN
325 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**



CREDITOS
5 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Entrenamiento Funcional de Alto Rendimiento con 200 horas expedida por EDUSPORT - Titulación Universitaria en Entrenador Deportivo por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA con 5 Créditos Universitarios ECTS con 125 horas. Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija

[Ver curso en la web](#)

funcional.

A quién va dirigido

Este Curso de Monitor de Entrenamiento Funcional de Alto Rendimiento (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) está dirigido a todos los profesionales del entorno deportivo profesional que estén interesados en seguir formándose en esta materia, así como a aquellas personas interesadas en especializarse en la labor de entrenador deportivo y de entrenamiento funcional.

Para qué te prepara

El Curso de Monitor de Entrenamiento Funcional de Alto Rendimiento (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un entrenador deportivo en el desarrollo de las fases del entrenamiento, además de poder desarrollar las funciones propias de un entrenador funcional en el desarrollo de las fases del entrenamiento.

Salidas laborales

Monitores deportivos / Entrenadores del alto rendimiento / Coaches personales / Entrenadores deportivos.

TEMARIO

PARTE 1. ENTRENADOR DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA: DIFERENTES USOS DEL DEPORTE

1. Conceptos generales
2. Logro y mantenimiento de la salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
2. El sistema muscular
3. Articulaciones y movimiento
4. Los tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Fisiología muscular y sistemas energéticos
2. Fisiología cardio-circulatoria
3. Fisiología respiratoria
4. El sistema nervioso

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

1. El esquema corporal
2. El proceso de lateralización
3. Coordinación
4. Equilibrio
5. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
6. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO

1. El entrenamiento y sus tipos
2. El desentrenamiento
3. Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt
4. Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación
5. Factores que intervienen en el entrenamiento físico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

1. Programación del proceso de entrenamiento
2. Planificación del entrenamiento
3. Sesión de entrenamiento
4. Características de un buen entrenador

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA

1. Deportes individuales
2. Deportes colectivos
3. Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte
4. Tipos de juegos
5. El juego como método de enseñanza
6. Iniciación deportiva
7. Tipos de juegos para la iniciación deportiva
8. Juegos de iniciación para deportes de equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE

1. Atletismo
2. Natación
3. Bádminton
4. Judo
5. Tenis
6. Gimnasia rítmica
7. Gimnasia artística
8. Aeróbic
9. Voleibol
10. Baloncesto
11. Fútbol
12. Balonmano

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS

1. Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalación
2. Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones
3. La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
6. ¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?
7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
8. Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
9. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
2. Ahogamientos
3. Pérdida de conciencia
4. Crisis cardíacas
5. Crisis convulsivas
6. Hemorragias
7. Heridas
8. Las fracturas y luxaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE

1. Ética profesional
2. Claves para el éxito

PARTE 2. ENTRENAMIENTO FUNCIONAL DE ALTO RENDIMIENTO

MÓDULO 1. SALUD EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

1. Introducción a la fisioterapia
 1. - Mecánica del movimiento
2. Fundamentos anatómicos del movimiento
 1. - Planos, ejes y articulaciones
 2. - Fisiología del movimiento
 3. - Preparación y gasto de la energía

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO Y FISIOLÓGÍA MUSCULAR

1. Morfología y fisiología del sistema óseo
2. Desarrollo óseo
3. Sistema óseo
4. Articulaciones y movimientos
5. Tejido muscular
6. Clasificación muscular
7. Acciones musculares
8. Ligamentos y tendones
9. Musculatura dorsal

UNIDAD DIDÁCTICA 3. SISTEMAS ENERGÉTICOS Y METABOLISMO

1. Sistema energético. ATP
2. Tipos de fuentes energéticas
3. Sistema anaeróbico aláctico/láctico
4. Sistema aeróbico y oxidativo
5. Ejercicio físico
 1. - Clasificación
 2. - Efectos fisiológicos del ejercicio

- 3. - Fases del ejercicio
- 6. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
 - 1. - Adaptaciones metabólicas
 - 2. - Adaptaciones circulatorias
 - 3. - Adaptaciones cardíacas
 - 4. - Adaptaciones respiratorias
 - 5. - Adaptaciones en sangre
 - 6. - Adaptaciones en el medio interno
- 7. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga
 - 1. - La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SALUD Y MEDIDAS COMPLEMENTARIAS AL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

- 1. Estilo de vida y salud. Concepto y componentes
- 2. Hábitos saludables. Conductas protectoras de la salud
 - 1. - Higiene individual y colectiva
 - 2. - Ejercicio físico
 - 3. - Dieta equilibrada
- 3. Hábitos no saludables. Conductas de riesgo para la salud
 - 1. - Tabaco, alcohol y drogas
 - 2. - Sedentarismo
- 4. Relación trabajo/descanso
- 5. Instrumentos de evaluación de la calidad de vida

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRIMEROS AUXILIOS APLICADOS AL ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

- 1. Introducción a los primeros auxilios
- 2. Ahogamiento
- 3. Pérdida de conciencia
- 4. Crisis cardíacas
 - 1. - Paro respiratorio
 - 2. - Paro cardíaco
- 5. Crisis convulsiva
- 6. Hemorragias
 - 1. - Hemorragia externa
 - 2. - Hemorragia interna
- 7. Heridas
- 8. Fracturas y luxaciones
 - 1. - Inmovilización de fracturas
 - 2. - Esguinces
 - 3. - Rotura de ligamentos
 - 4. - Contusión
 - 5. - Luxación

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LESIONES. MEDIDAS DE RECUPERACIÓN Y PREVENCIÓN DEL ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

- 1. Lesiones deportivas frecuentes
 - 1. - Lesiones en los tendones

2. - Lesiones articulares
3. - Lesiones óseas
2. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones
 1. - Modalidades
3. Bases biológicas de la recuperación
4. Clasificación de medios y métodos de recuperación
5. Clasificación de medios y métodos de recuperación
6. Métodos y medios de recuperación de sustratos energéticos
 1. - Recuperación del oxígeno
 2. - Recuperación de mioglobina
 3. - Recuperación reservas musculares de fosfato de creatina
 4. - Eliminación del lactato muscular
 5. - Recuperación del glucógeno muscular y hepático
7. Medios y métodos de recuperación intra e inter sesión
 1. - Físicos
 2. - Fisioterapéuticos

MÓDULO 2. COACHING Y PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 7. COACHING Y VALORES Y TÉCNICAS DEL DEPORTE

1. Origen del coaching. Coaching deportivo
 1. - Coaching deportivo
2. Estrategia deportiva
 1. - El proceso estratégico
3. El deporte: crisol de valores
4. La sana competitividad
 1. - Problemas morales
5. Beneficios del deporte
6. Coaching deportivo y salud

UNIDAD DIDÁCTICA 8. CONCIENCIA PERSONAL Y GRUPAL

1. Concentración del deportista
2. Regulación emocional en el deporte y las atribuciones
 1. - El papel de las atribuciones
3. Autoestima y autoconfianza
4. Prevención de lesiones
5. Sinergia grupal
6. Grupo vs equipo
 1. - Éxito colectivo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. METAS Y OBJETIVOS EN EL DEPORTE

1. Pautas para establecer una buena meta
2. Diseño de un sistema de establecimiento de metas
 1. - Elaboración y programación
 2. - Instrucción y adquisición
 3. - Implementación y supervisión

3. Plantear metas
4. Conseguir metas
5. Pautas para enunciar objetivos
6. Fases para establecer objetivos

UNIDAD DIDÁCTICA 10. COACHING DEPORTIVO Y OTRAS DISCIPLINAS

1. Mentoring
 1. - Funciones del mentor
 2. - Los beneficios del mentoring
 3. - Semejanzas y diferencias entre coaching y mentoring
2. Principios y técnicas del mentoring
 1. - Herramientas y técnicas del mentoring
3. Inteligencia emocional
 1. - Componentes de la inteligencia emocional
4. Aportaciones de la inteligencia emocional al deporte
5. Programación neurolingüística
 1. - Objetivos de la PNL
 2. - Principios de la PNL
6. Los sistemas representacionales

MÓDULO 3. NUTRICIÓN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 11. NUTRICIÓN Y DEPORTE

1. Factores que influyen el desgaste físico
2. Necesidades de nutrientes
3. Coste energético
4. La mujer y el deporte
5. Deshidratación y rendimiento físico
6. Bebidas para deportistas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. ALIMENTACIÓN DEL DEPORTISTA Y AYUDAS ERGOGÉNICAS EN EL DEPORTE

1. Recomendaciones dietéticas
 1. - Recomendaciones dietéticas según el deporte
 2. - Necesidades de nutrientes
 3. - Tipos de dietas
2. Tendencias nutricionales de los deportistas
 1. - Dieta de entrenamiento
 2. - Dieta en torno a la competición
 3. - Dietas vegetarianas. Ovolacteovegetarianos
3. Ayudas ergogénicas
4. Sustancias que reponen el gasto producido por la actividad
5. Sustancias que influyen en el uso de combustible
6. Sustancias que modifican el pH

UNIDAD DIDÁCTICA 13. FISIOPATOLOGÍAS EN EL DEPORTE Y LA NUTRICIÓN

1. Patologías cardíacas
 1. - Recomendaciones dietéticas
 2. - Deporte y riesgos cardíacos
2. Síndrome plurimetabólico
3. Sobrepeso y obesidad
 1. - Causas
 2. - Patologías frecuentes
 3. - Reducir los niveles de obesidad y sobrepeso
4. Diabetes
 1. - Cambios durante el ejercicio físico
5. Patologías del aparato locomotor
6. Trastornos de la conducta alimentaria
7. Trastornos renales
 1. - Enfermedades
 2. - Causas

MÓDULO 4. ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

UNIDAD DIDÁCTICA 14. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS

1. Fundamentos psicomotrices: esquema corporal, percepción espacial y percepción temporal
 1. - Lateralidad
 2. - Actitud
 3. - Respiración
 4. - Relajación
 5. - Orientación espacial
 6. - Estructuración y organización espacial
 7. - Orientación temporal
 8. - Ritmo
 9. - Estructuración temporal
2. Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación autónoma de los distintos test
 1. - Pruebas de habilidades acuáticas básicas
 2. - Flotación

UNIDAD DIDÁCTICA 15. VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA EN EL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

1. Pruebas antropométricas en actividades físicas y deportivas
 1. - Protocolos
 2. - Mediciones e índices antropométricos y de robustez
 3. - Aplicación autónoma
 4. - Colaboración con técnicos especialistas
 5. - Instrumentos y aparatos de medida
2. Modelos de composición corporal
 1. - Modelo bicompartimental (tradicional)
 2. - Modelo tricompartmental
3. Composición corporal y salud
 1. - Índice de masa corporal
 2. - Determinación del % de grasa corporal

3. - Determinación del patrón de distribución de la grasa corporal
4. - Determinación de la masa y la densidad ósea en poblaciones de riesgo
5. - Valores de referencia de composición corporal en distintos tipos de usuarios
4. Determinación de la composición corporal mediante los pliegues cutáneos
 1. - Pliegues a medir
 2. - Ecuaciones utilizadas en el proceso de obtención de datos
 3. - Colaboración con técnicos especialistas
5. Test de campo para la determinación de la Resistencia aeróbica
 1. - Protocolo de cada test
 2. - Aplicación autónoma
 3. - Colaboración con técnicos especialistas
 4. - Instrumentos de medida
6. Test de campo para la determinación de la fuerza resistencia
 1. - Protocolo de cada test
 2. - Aplicación autónoma
 3. - Colaboración con técnicos especialistas
 4. - Instrumentos y aparatos de medida
7. Test de campo para la determinación de la flexibilidad-elasticidad muscular
 1. - Protocolo de cada test
 2. - Aplicación autónoma
 3. - Colaboración con técnicos especializados
 4. - Instrumentos y aparatos de medida

UNIDAD DIDÁCTICA 16. PRESCRIPCIÓN DEL EJERCICIO EN ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

1. Conceptos relacionados con la prescripción del ejercicio de fuerza
 1. - Sobrecarga progresiva
 2. - Variación
 3. - Impacto del aumento inicial de fuerza
2. Selección de los medios de entrenamiento más seguros para el cliente
 1. - Sesión de entrenamiento
 2. - Fases de una sesión de entrenamiento
 3. - Objetivos de la sesión de entrenamiento
 4. - Tipos de sesiones de entrenamiento
3. Valoración y eliminación de factores de riesgo
4. Incorporación de programas para la mejora de la flexibilidad y amplitud del movimiento (ADM)
5. Equilibrio en el desarrollo de las capacidades físicas

UNIDAD DIDÁCTICA 17. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE SESIONES DE ENTRENAMIENTO FUNCIONAL

1. Componentes del servicio de atención al cliente
 1. - Ética profesional
 2. - Calidad del servicio al cliente
2. Concreción y organización de las sesiones a partir del programa de entrenamiento
 1. - Principios metodológicos fundamentales
 2. - Introducción y desarrollo de sesión
 3. - Sistema de instrucción
3. Intervención, dirección y dinamización de sesiones de entrenamiento funcional
 1. - Técnicas de comunicación para el profesional: comunicación verbal y gestual

- 2. - Habilidades sociales
- 3. - Presentación del profesional, imagen personal y contexto comunicativo
- 4. - Empatía y establecimiento de metas
- 5. - Métodos para motivar a un cliente
- 6. - El papel de la música en las sesiones de entrenamiento funcional
- 4. Demostración, explicación y supervisión en la ejecución de las distintas actividades y ejercicios

MÓDULO 5. ENTRENADOR DEPORTIVO DE ALTO RENDIMIENTO

UNIDAD DIDÁCTICA 18. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS Y PSICOMOTRICES

- 1. Resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad
 - 1. - Resistencia
 - 2. - Velocidad
 - 3. - Flexibilidad
- 2. Esquema corporal
 - 1. - Elaboración del esquema corporal
 - 2. - Organización del esquema corporal
- 3. Proceso de lateralización
- 4. Coordinación
 - 1. - Tipos de coordinación
 - 2. - Factores condicionantes de la coordinación
 - 3. - La evolución de la coordinación
 - 4. - Orientaciones educativas para el desarrollo de la coordinación
- 5. Equilibrio
 - 1. - Tipos de equilibrio
 - 2. - Factores condicionantes del equilibrio
 - 3. - Evolución del equilibrio
 - 4. - Orientaciones educativas para el equilibrio
- 6. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
- 7. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 19. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO DE ALTO RENDIMIENTO

- 1. El entrenamiento de alto rendimiento
 - 1. - Entrenamiento de la flexibilidad
 - 2. - Entrenamiento muscular
 - 3. - Entrenamiento de la fuerza
 - 4. - Entrenamiento de la resistencia
 - 5. - Entrenamiento de la velocidad
 - 6. - Entrenamiento cardiovascular o aeróbico
- 2. El desentrenamiento
- 3. Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt
 - 1. - Ley del umbral
- 4. Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación
 - 1. - Síndrome general de adaptación o teoría del estrés de Seyle
 - 2. - Principio de la supercompensación
 - 3. - Principios del entrenamiento de la condición física
- 5. Factores que intervienen en el entrenamiento físico

UNIDAD DIDÁCTICA 20. PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

1. Factores de la capacidad de rendimiento deportivo
 1. - Principios de la carga para producir efectos de adaptación
 2. - Principios de la organización cíclica para garantizar la adaptación
 3. - Principios de especialización para hacer específico el entrenamiento
 4. - Principios de proporcionalización

UNIDAD DIDÁCTICA 21. BASES DE FORMACIÓN DE LA PREPARACIÓN DE LOS DEPORTISTAS

1. Preparación de los deportistas
2. La estructura general de la preparación plurianual
3. Organización de la preparación en diferentes etapas del perfeccionamiento a largo plazo
4. Principales vías de intensificación de la preparación
5. La dinámica de las cargas y la relación del trabajo de diferente orientación

UNIDAD DIDÁCTICA 22. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES

1. Deportes individuales
2. Deportes colectivos
 1. - La estructura funcional de los deportes de equipo
3. Técnicas y tácticas en el deporte colectivo
 1. - Técnicas
 2. - Táctica
4. Tipos de juegos
5. El juego como método de enseñanza
 1. - Consideraciones metodológicas sobre el alumno y el educador
 2. - Consideraciones metodológicas sobre el mismo juego
6. Iniciación deportiva
7. Tipos de juegos para la iniciación deportiva

UNIDAD DIDÁCTICA 23. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE

1. Atletismo
 1. - Las carreras
 2. - Salto
 3. - Lanzamiento
2. Natación
 1. - Estilo crol
 2. - Estilo espalda
 3. - Estilo Braza
 4. - Mariposa
 5. - Virajes
 6. - Salida
3. Bádminton
 1. - Pista y equipamiento
 2. - Volante y raqueta
 3. - Reglamento
 4. - Técnicas de juego

4. Judo
 1. - Judogi y Tatami
 2. - Fundamentos Judo Pie
 3. - Fundamentos Judo Suelo
 4. - Pista o cancha
 5. - La pelota y la raqueta
 6. - Puntuación en juego y en un set
 7. - Técnicas de juegos
5. Gimnasia rítmica
 1. - Pista y puntuación
 2. - Aparatos
 3. - Técnica del ejercicio
6. Gimnasia artística
 1. - Los aparatos
 2. - Gimnasia artística masculina
 3. - Gimnasia artística femenina
7. Aeróbic
 1. - Modalidades
 2. - Puntuación
8. Voleibol
 1. - Terreno de juego
 2. - La red y los postes
 3. - El balón
 4. - Reglamento
 5. - Técnicas de golpes
9. Baloncesto
 1. - El campo, tablero y canasta
 2. - Posiciones de los jugadores
 3. - Principales reglas del juego
 4. - Técnicas de juego
10. Fútbol
 1. - Superficie de juego y balón
 2. - Reglamento del juego
 3. - Técnicas del fútbol
11. Balonmano
 1. - El campo y el balón
 2. - Los jugadores
 3. - Reglas del juego
 4. - Técnicas de juego

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

!Encuéntranos 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 curso en la web](#)

EDU
SPORT

EDU SPORT



By
EDUCA EDTECH
Group