



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



Formación
Permanente del
Profesorado .es

PROGRAMA FORMATIVO

***Curso Superior de Anatomía Deportiva +
Monitor de Educación Física (Doble
Titulación con 5 Créditos ECTS)***



Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Duración: 265 horas

Precio: 360 € *

Modalidad: Online

* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

Centro de Formación Euroinnova Business School en colaboración con Universidad Antonio de Nebrija

SUMA HASTA 2 PUNTOS Y MEJORA TU NOTA FINAL EN EL BAREMO

Cursos que puntúan como méritos en el Baremo de las Oposiciones para el Cuerpo de Maestros, Profesores de Secundaria, FP y EOI



1 Curso de
110 horas



0,5 puntos
para el baremo



2 Puntos en
el baremo



0,60 puntos en
la nota final

Consulta la Convocatoria de tu Comunidad Autónoma

* Únicamente puntúan en las oposiciones docentes las titulaciones universitarias

Puntúa con tu curso como méritos en el Baremo de las Oposiciones para el Cuerpo de Maestros, Profesores de Secundaria, FP y EOI. Realizándolo podrás sumar hasta 2 puntos sobre el total de 10 en la fase de Concurso. La nota final depende, de un 60% de la nota obtenida en el examen y un 40% de la fase concurso. Con la realización de este curso puedes llegar a añadir 0,60 puntos a la nota global del concurso-oposición.

Descripción

En las escuelas, el trabajo del monitor es de suma importancia en el cumplimiento de los objetivos de la clase de Educación física, ya que dicha figura es más cercana que la del educador, jugando un papel fundamental para sus alumnos. Si quiere dedicarse profesionalmente al mundo del deporte en relación con la educación y desea conocer los aspectos fundamentales sobre la anatomía deportiva este es su momento, con el Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) podrá adquirir los conocimientos esenciales para realizar esta función con éxito. El presente curso dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un monitor de educación física en el desarrollo de una clase o sesión con los niños, niñas o jóvenes, prestando atención a los aspectos relacionados con la anatomía deportiva.

A quién va dirigido

Este CURSO ONLINE HOMOLOGADO está dirigido a profesionales del ámbito de la Educación física, concretamente a aquellas personas que quieran orientar su futuro laboral a desarrollar las funciones propias de un monitor de educación física. Además este Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) es interesante para profesionales y aficionados del mundo del deporte que deseen seguir formándose en la materia y quieran adquirir conocimientos específicos sobre la anatomía deportiva.

Salidas laborales

Monitor de Educación Física / Deportes / Actividad física / Entrenador / Monitor / Experto en anatomía deportiva.

Objetivos

- Conocer las capacidades físicas básicas para su entrenamiento según las edades y características de los/as alumnos/as.
- Comprender el proceso de aprendizaje motor de los/as niños/as para aplicar los deportes correspondientes a cada etapa.
- Diferenciar los conceptos de habilidad, destreza y tareas motrices.
- Ejecutar actividades para desarrollar en los/as alumnos/as hábitos y estilos de vida saludables en relación con la actividad física.
- Realizar la planificación de la sesión de Educación física para organizar a los alumnos y asignar las tareas que se van a ejecutar.
- Conocer las posibles lesiones y riesgos que pueden sufrir los/as alumnos/as durante una sesión de educación física.
- Adquirir las consideraciones generales sobre las células y tejidos.
- Conocer el aparato locomotor activo y pasivo.
- Conocer los principales sistemas articulares.
- Analizar los movimientos del tronco y de las extremidades.
- Entrenar anatómicamente y funcionalmente la fuerza.

Para que te prepara

El presente Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un monitor de educación física, haciendo hincapié en los aspectos esenciales de la anatomía deportiva.

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Curso Superior de Anatomía Deportiva expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Universitaria de Monitor de Educación Física con 5 Créditos Universitarios ECTS. 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

Esta titulación la expide la prestigiosa Universidad Antonio de Nebrija, con ella se obtendrán 5 créditos ECTS(European Credit Transfer System).



Forma de pago

Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una

transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Materiales didácticos

-

Profesorado y servicio de tutorías

"RedEduca" está formado por un equipo multidisciplinar de profesionales especialistas en incorporar las Nuevas Tecnologías al ámbito educativo.

Nuestro principal objetivo es conseguir una formación didáctico-pedagógica innovadora y de calidad. Por ello, ponemos al alcance de nuestro alumnado una serie de herramientas y recursos que les permitirán potenciar su aprendizaje a lo largo del curso.

Además, a lo largo del curso, nuestro alumnado cuenta con un equipo de tutores expertos en las distintas especialidades ofertadas, con una amplia experiencia en el mundo de la enseñanza que resolverán todas tus dudas y consultas y con un equipo de soporte técnico que le ayudarán con cualquier problema de la plataforma.



Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnado tendrá posibilidad de incluir su currículum en nuestra Bolsa de Empleo y Prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por empresas y organismos públicos colaboradores en territorio nacional y abrir su abanico de posibilidades en el mundo laboral.

Plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.

- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.

Red Social Educativa

La Red Social Educativa es un lugar de encuentro para docentes y opositores donde poder compartir conocimiento. Aquí encontrarás todas las novedades del mundo de la educación que puedan ser de tu interés, así como noticias relacionadas con oposiciones. Es un espacio abierto donde podrás escribir y participar en todas las noticias y foros.

Te invitamos a registrarte y a comenzar a participar en esta red de profesionales de la educación.

Visítanos en: www.redsocial.rededuca.net



Campus Virtual

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos formatos: texto, imagen, vídeo, audio, etc.

Asimismo, el alumnado puede descargarse en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder como invitado a nuestro Campus Virtual a través del siguiente enlace:

<https://campusrededuca.euroinnova.edu.es>

Programa formativo

MÓDULO 1. MONITOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA EDUCACIÓN FÍSICA: CONCEPTO, EVALUACIÓN Y BASE LEGALES

- - Concepto de Educación Física
- - Evolución y desarrollo de la Educación Física
- - La educación física en el Sistema Educativo: objetivos y contenidos
- - Evolución y desarrollo de las funciones atribuidas al movimiento como element

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA Y PATOLOGÍAS

- - Anatomía implicada en la actividad física
- - Fisiología implicada en la actividad física
- - Patologías relacionadas con el aparato motor
- - Evaluación y tratamiento en el proceso educativo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. BASES BIOLÓGICAS Y FISIOLÓGICAS

- - El crecimiento y el desarrollo aeromotor, óseo y muscular
- - Factores endógenos y exógenos que repercuten en el desarrollo y crecimiento
- - Patologías relacionadas con el crecimiento y la evolución de la capacidad del n
- - Evaluación y tratamiento en el proceso educativo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS

- - Capacidades físicas básicas
- - Resistencia
- - Fuerza
- - Velocidad
- - Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 5. COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO

- - Coordinación
- - Equilibrio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. APRENDIZAJE MOTOR

- - El aprendizaje motor

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Principales modelos explicativos del aprendizaje motor
- - El proceso de enseñanza-aprendizaje
- - Mecanismos y factores que intervienen en el aprendizaje

UNIDAD DIDÁCTICA 7. HABILIDADES, DESTREZAS Y TAREAS MOTRICES

- - Habilidades, destrezas y tareas motrices
- - Análisis y clasificación
- - Actividades para su desarrollo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ Y EVOLUCIÓN MOTRIZ

- - Evolución de las capacidades motrices en relación con el desarrollo evolutivo g
- - Educación sensomotriz y psicomotriz en las primeras etapas de la infancia

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ESQUEMA Y EXPRESIÓN CORPORAL

- - El esquema corporal
- - El proceso de lateralización
- - Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
- - La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física
- - Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE, JUEGOS POPULARES Y ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA

- - Los deportes. Concepto y clasificaciones
- - El deporte como actividad educativa
- - Los deportes individuales y colectivos en la escuela; técnica, táctica y su meto
- - El juego como actividad de enseñanza y aprendizaje en el área de educación f
- - Adaptaciones metodológicas basadas en las características de los juegos, en e educación física
- - La educación física y el deporte como elemento sociocultural
- - Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales
- - Las actividades físicas organizadas en el medio natural

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ENTRENAMIENTO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS Y LAS HABILIDADES BÁSICAS

- - Desarrollo de las capacidades físicas básicas en la edad escolar
- - Factores entrenables y no entrenables
- - Adaptación al esfuerzo físico en niños

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - El desarrollo de las habilidades
- - Principios fundamentales del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 12. SALUD, AUTONOMÍA Y AUTOESTIMA

- - La salud y la calidad de vida
- - Hábitos y estilos de vida saludables en relación con la actividad física
- - El cuidado del cuerpo
- - Autonomía y autoestima

UNIDAD DIDÁCTICA 13. LA SESIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA. ORGANIZACIÓN DE GRUPOS Y TAREAS

- - Organización de grupos y tareas
- - La planificación de e.-a. en el área de Educación Física
- - Alumnos con Necesidades Educativas Especiales (NEE)

UNIDAD DIDÁCTICA 14. METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

- - Métodos de enseñanza en educación física
- - Los estilos de enseñanza
- - La evaluación de la educación física en la educación primaria
- - El proceso evaluador, clases y tipos de evaluación
- - Instrumentos y mecanismos de evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 15. PRIMEROS AUXILIOS

- - Introducción a los primeros auxilios
- - Ahogamiento
- - Pérdida de conciencia
- - Crisis cardíacas
- - Crisis convulsiva
- - Hemorragias
- - Heridas
- - Las fracturas y luxaciones

MÓDULO 2. ANATOMÍA DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE LAS CÉLULAS Y TEJIDOS

- - Generalidades de la célula (citología)

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Estructura de la célula
- - Generalidades acerca de los tejidos (histología)
- - - Tejido epitelial
- - - Epitelio superficial
- - - Apéndice: cicatrización
- - - Epitelio glandular
- - - Apéndice: actividad de las glándulas sudoríparas
- - - Epitelio sensorial
- - - Tejido conectivo y de sostén
- - - Clasificación del tejido conectivo
- - - Mesénquima
- - - Tejido conectivo coloidal
- - - Tejido conectivo reticular
- - - Tejido adiposo
- - - Tejido conectivo propiamente dicho
- - - Tipos de tejido conectivo propiamente dicho
- - - Tejido de sostén
- - - Tejido tendinoso
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga de los tendones
- - - Tejido cartilaginoso
- - - Lesiones por sobrecarga en el cartílago hialino: artrosis a causa del deporte
- - - Tejido óseo
- - - Apéndice: periostitis
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga y por ausencia de carga en los huesos
- - - Tejido muscular
- - - Musculatura lisa
- - - Musculatura estriada
- - - Apéndice: contracción muscular
- - - Lesiones musculares típicas
- - - Tejido nervioso
- - - Célula nerviosa (neurona)
- - - Estructura de las fibras nerviosas

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Estructura de un haz de fibras nerviosas
- - - Neuroglia
- - - Estructura macroscópica del sistema nervioso central

UNIDAD DIDÁCTICA 2. APARATO LOCOMOTOR PASIVO Y ACTIVO

- - - Indicaciones de dirección
- - - Movimientos
- - - Planos y ejes
- - - Visión general del aparato locomotor
- - - Estructuras pasivas del aparato locomotor
 - - - - Conceptos generales sobre huesos y articulaciones
 - - - - Función del hueso
 - - - - Formas óseas
 - - - - Adaptación del hueso a la carga deportiva
 - - - - El hueso como componente articular: clasificación de las articulaciones
 - - - - Sinartrosis
 - - - - Diartrosis
 - - - - Estructura de las diartrosis
 - - - - Clasificación de las diartrosis
 - - - - Estructuras que limitan la movilidad articular
 - - - - Visión general de la estructura del esqueleto humano
 - - - - Columna vertebral
 - - - - Cintura escapular y extremidad superior
 - - - - Cintura pélvica y extremidad inferior
- - - Estructuras activas del aparato locomotor
 - - - - Generalidades sobre los músculos
 - - - - Formas y tipos de músculos
 - - - - Mecánica muscular
 - - - - Estructuras auxiliares de la musculatura y de los tendones de inserción
 - - - - Apéndice: inflamación de las bolsas serosas (bursitis)
 - - - - Apéndice: inflamación de las vainas tendinosas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. PRESENTACIÓN DE LOS PRINCIPALES SISTEMAS ARTICUL

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Tronco
- - Estructuras pasivas del aparato locomotor en el tronco
 - Estructura ósea de la columna vertebral
 - Cuerpos vertebrales
 - Discos intervertebrales
 - Lesiones típicas del disco intervertebral por sobrecarga
 - Arco vertebral y apófisis
 - Forma de la columna vertebral
 - Deformaciones de la columna vertebral
 - Apéndice: enfermedad de Scheuermann (cifosis del adolescente)
 - Movilidad de la columna vertebral
 - Estructura de las articulaciones vertebrales
 - Aparato ligamentario de la columna vertebral
 - Resumen de las funciones de la columna vertebral
 - Estructura ósea de la cintura pélvica
 - Uniones articulares y aparato ligamentario de la cintura pélvica
- - Caja torácica (tórax)
 - Musculatura de la respiración (incluyendo la musculatura auxiliar)
 - Respiración torácica
 - Musculatura propia de la respiración
 - Respiración abdominal
- - Estructuras activas del aparato locomotor en el tronco
 - Musculatura abdominal
 - Musculatura anterior y lateral de la pared abdominal
 - Musculatura posterior de la pared abdominal
 - Lesiones agudas de la musculatura abdominal
 - Musculatura de la espalda
 - Musculatura autóctona de la espalda
 - Resumen de la valoración de la función de la musculatura abdominal y de la c
- - Uniones articulares entre la columna vertebral y la cabeza
 - Aparato ligamentario de las articulaciones de la cabeza
 - Músculos que actúan sobre la posición de la cabeza

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Lesiones de la columna vertebral
- - - Extremidad superior
- - - Cintura escapular
- - - Articulaciones de la cintura escapular
- - - Apéndice: luxación acromioclavicular
- - - Musculatura de la cintura escapular
- - - Articulación del hombro
- - - Musculatura de la cintura escapular
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la región del hombro
- - - Lesiones típicas
- - - Fracturas
- - - Lesiones articulares
- - - Lesiones musculares y tendinosas
- - - Lesiones típicas por sobrecarga
- - - Articulación del codo
- - - Huesos y aparato ligamentario de la articulación del codo
- - - Aparato muscular de la articulación del codo
- - - Articulaciones trocoides del antebrazo
- - - Músculos que actúan sobre las articulaciones trocoides del antebrazo
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la región del codo y del antebra
- - - Lesiones típicas
- - - Fracturas
- - - Lesiones articulares del codo
- - - Lesiones típicas por sobrecarga en la región del codo
- - - Articulaciones de la muñeca
- - - Articulaciones proximal y distal de la muñeca
- - - Músculos que actúan sobre la articulación de la muñeca
- - - Mano
- - - Huesos y aparato ligamentario
- - - Músculos de los dedos
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la mano y en los dedos
- - - Lesiones típicas

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Fracturas
- - - Lesiones articulares
- - - Lesiones típicas por sobrecarga
- - - Extremidad inferior
- - - Articulación de la cadera
- - - Huesos y aparato ligamentario
- - - Músculos que actúan sobre la articulación de la cadera
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la región de la articulación de la cadera
- - - Lesiones típicas
- - - Lesiones musculares
- - - Lesiones tendinosas
- - - Fracturas óseas
- - - Lesiones típicas por sobrecarga
- - - Articulación de la rodilla
- - - Huesos y aparato ligamentario
- - - Musculatura de la articulación de la rodilla
- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la región de la articulación de la rodilla
- - - Lesiones típicas
- - - Lesiones musculares agudas
- - - Lesiones agudas de las estructuras óseas, cartilaginosas y ligamentarias
- - - Lesiones por sobrecarga en la región de la rodilla y de la pierna
- - - Pie y articulaciones del pie
- - - Estructura del pie
- - - Funciones del pie
- - - Articulaciones superior e inferior del tobillo
- - - Articulación superior del tobillo
- - - Apéndice: efectos de llevar zapatos de tacón altos
- - - Articulación inferior del tobillo
- - - Musculatura del pie
- - - Apéndice: debilidades y deformidades del pie
- - - Apéndice: importancia de un calzado adecuado para los corredores

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Lesiones típicas y lesiones por sobrecarga en la región de la articulación del t del pie
- - - Lesiones típicas
- - - Lesiones musculares y tendinosas
- - - Fracturas óseas
- - - Lesiones ligamentarias
- - - Lesiones típicas por sobrecarga

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANÁLISIS DE LOS MOVIMIENTOS SIMPLES DEL TRONCO Y EXTREMIIDADES

- - Prefacio
- - Análisis de secuencias de movimiento simples
- - - Movimientos simples del tronco
- - - Flexión anterior del tronco
- - - Extensión del tronco
- - - Inclínación lateral del tronco
- - - Rotación del tronco
- - - Movimientos simples de la extremidad superior
- - - Anteversión
- - - Elevación
- - - Fijación del brazo en posición de elevación vertical
- - - Descenso del brazo desde la posición vertical
- - - Retroversión del brazo
- - - Abducción del brazo
- - - Retroversión desde la posición de abducción horizontal
- - - Anteversión desde la posición de abducción horizontal
- - - Aducción del brazo desde la posición de abducción
- - - Rotación interna del brazo desde la posición anatómica
- - - Rotación externa del brazo desde la posición anatómica
- - - Flexión del codo
- - - Extensión del codo
- - - Movimientos de pronosupinación del antebrazo
- - - Flexión de la muñeca
- - - Extensión de la muñeca

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Abducción de la muñeca
- - - Movimientos simples de la extremidad inferior
- - - Flexión de la cadera
- - - Extensión de la cadera
- - - Hiperextensión de la cadera
- - - Abducción del muslo
- - - Aducción del muslo
- - - Rotación interna del muslo
- - - Rotación externa del muslo
- - - Extensión de la rodilla
- - - Flexión de la rodilla
- - - Rotación interna de la pierna
- - - Rotación externa de la pierna
- - - Flexión plantar en la articulación superior del tobillo
- - - Extensión dorsal en la articulación superior del tobillo
- - - Pronación del antepié en la articulación inferior del tobillo
- - - Supinación del antepié en la articulación inferior del tobillo

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ANÁLISIS DE SECUENCIAS DE MOVIMIENTO DEPORTIVAS COMPLEJAS

- - Prefacio
- - Atletismo
 - - - Marcha
 - - - Carrera
 - - - Salida y carrera
 - - - Salto de longitud
 - - - Triple salto
 - - - Salto de altura
 - - - Salto de pértiga
 - - - Lanzamiento de jabalina
 - - - Lanzamiento de disco
 - - - Lanzamiento de bola
 - - - Lanzamiento de martillo

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Natación
- - - Estilo braza
- - - Apéndice: rodilla del nadador de braza
- - - Estilo crol
- - - Estilo mariposa
- - - Estilo espalda
- - - Saltos de trampolín y de palanca
- - - Waterpolo
- - Gimnasia
- - - Gimnasia en la barra fija
- - - Vueltas alrededor de un punto de apoyo
- - - Gimnasia en las anillas
- - - Abducción del brazo a 90° en las anillas, codos extendidos
- - - Suspensión horizontal en pronación
- - - Posición de apoyo con las manos en el suelo y piernas extendidas paralelas a en suspensión
- - - Gimnasia en las paralelas
- - - Posición de apoyo sobre las manos
- - - Saltos en el potro
- - - Gimnasia en el suelo
- - - Salto (potro longitudinal)
- - - Paralelas asimétricas
- - - Barra de equilibrio
- - Halterofilia
- - Deportes de lucha
- - - Boxeo
- - - Lucha libre
- - - Judo
- - - Esgrima
- - Tiro deportivo
- - - Tiro con carabina
- - - Tiro con arco

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Deportes acuáticos
- - - Remo
- - - Kayak
- - - Vela
- - Ciclismo
- - Equitación
- - Juegos sobre hierba y en pabellones deportivos
- - - Fútbol
- - - Hoquey
- - - Balonmano
- - - Baloncesto
- - - Voleibol
- - - Tenis
- - - Golf
- - - Bolos
- - - Tenis de mesa
- - Deportes de invierno
- - - Esquí alpino
- - - Snowboard
- - - Esquí de fondo
- - - Patinaje de velocidad sobre hielo
- - - Patinaje artístico
- - - Salto de esquí
- - - Bobsleigh
- - - Descenso en trineo
- - Baile

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ENTRENAMIENTO ANATÓMICO Y FUNCIONAL DE LA FUERZA

- - Prefacio
- - Catálogo de ejercicios para realizar movimientos simples
- - - Movimientos simples del tronco
- - - Movimientos simples de la extremidad superior

Curso Superior de Anatomía Deportiva + Monitor de Educación Física (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - - Movimientos simples de la extremidad inferior

