Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Duración: 425 horas

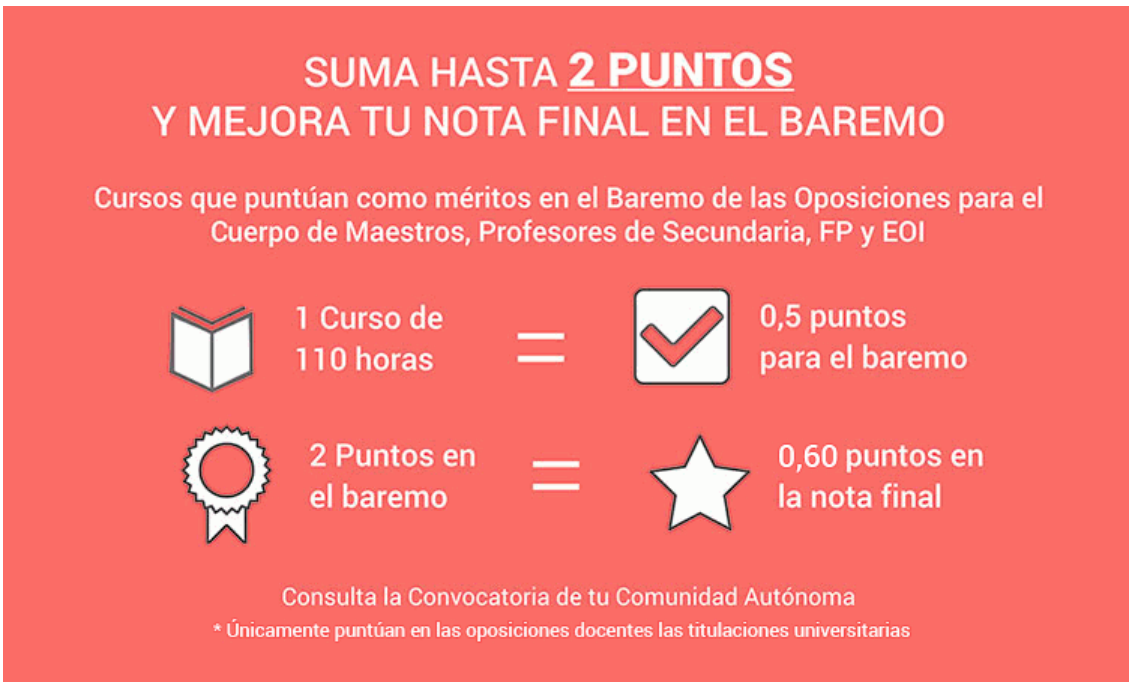
Precio: 360 € *

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



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

Si le interesaría dedicarse laboral y profesionalmente al mundo del deporte y desea conocer los aspectos fundamentales sobre la función del monitor deportivo en atletismo este es su momento, con el Curso de Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta labor de la mejor manera posible. El atletismo es un deporte muy aclamado actualmente, por lo que conocer los factores principales de esta actividad es vital para aquellos profesionales del sector deportivo. En el ámbito del deporte, es necesario tener unos conocimientos básicos sobre los beneficios y sobre los cuidados que debemos tener a la hora de realizar prácticas deportivas, ya sean de competición o simplemente recreativas. Es por ello que, el presente curso estable un acercamiento a los contenidos indispensables sobre la salud deportiva. Gracias a la realización de este Curso de Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) conocerá los aspectos generales y específicos de este importante deporte.

A quién va dirigido

El Curso de Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) está dirigido a todos aquellas personas interesadas en dedicarse profesionalmente al ámbito del deporte que quieran especializarse en la rama del atletismo, así como a aquellos profesionales que deseen adquirir conocimientos sobre salud deportiva.

Salidas laborales

Salud Deportiva / Deportes / Atletismo / Monitor de atletismo / Monitor deportivo / Entrenador deportivo.

Objetivos

- Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva.
- Conocer y reconocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva.
- Verificar y clasificar los distintos tipos de vendaje en función de sus características.
- Reconocer la importancia de una buena alimentación en la práctica deportiva.
- Conocer las lesiones más frecuentes y los tratamientos de los mismos.
- Conocer las bases anatómicas y fisiología del deporte.
- Aplicar técnicas de entrenamiento deportivo.
- Realizar técnicas de primeros auxilios e higiene en el deporte.
- Conocer las reglas del juego.
- Adquirir una formación técnica en atletismo

Para que te prepara

El presente Curso de Monitor Deportivo en Atletismo + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) le prepara para adquirir los conocimientos necesarios sobre la salud deportiva haciendo especial hincapié en las actuaciones que se llevan a cabo conociendo las lesiones producidas por las prácticas deportivas. Además el Curso le prepara para conocer de manera amplia y precisa el ámbito deportivo en relación con la función del monitor deportivo en Atletismo, adquiriendo diferentes técnicas y conocimientos para desenvolverse de manera profesional en este entorno.

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor Deportivo en Atletismo expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Universitaria en Salud Deportiva por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA 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).

EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2014
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a 23 de Abril de 2014

La direccion General

El/La interesado/a

Sello

Universidad Antonio de Nebrija

Don Juan Cayón Peña, Rector Magnífico
de la Universidad Antonio Nebrija,

certifica que

Nombre del Alumno/a

con Nº Documento XXXXXXXXX

ha realizado la acción formativa de

NOMBRE DEL CURSO

celebrada del 20 de noviembre al 10 de diciembre de 2017,
con una duración de 110 horas y 4 créditos ECTS

Madrid, a 16 de marzo de 2018

Juan Cayón Peña
El Rector

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. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo.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

- Manual teórico 'Salud Deportiva'

- Manual teórico 'Monitor Deportivo en Atletismo'

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 DEPORTIVO DE ATLETISMO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

- Morfología
- Fisiología
- División del esqueleto
- Desarrollo óseo
- Sistema óseo
- - Columna vertebral
- - Tronco
- - Extremidades
- - Cartílagos
- - Esqueleto apendicular
- Articulaciones y movimiento
- - Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina
- - Articulación de la rodilla
- - Articulación coxo-femoral
- - Articulación escapulo humeral

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

- Introducción
- Tejido muscular
- Clasificación muscular
- Acciones musculares

- Ligamentos
- Musculatura dorsal
- Tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS 87

- Sistema energético
- ATP (Adenosina Trifosfato)
- Tipos de fuentes energéticas
- Sistemas anaeróbico aláctico o sistema de fosfágeno
- Sistema anaeróbico láctico o glucólisis anaeróbica
- Sistema aeróbico u oxidativo

UNIDAD DIDÁCTICA 5. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

- El ejercicio físico
- - Clasificación
- - Efectos fisiológicos del ejercicio físico
- - Efectos fisiológicos en niños y adolescentes
- - Fases del ejercicio
- Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
- - Adaptaciones metabólicas
- - Adaptaciones circulatorias
- - Adaptaciones cardíacas
- - Adaptaciones respiratorias
- - Adaptaciones de la sangre
- - Adaptaciones del medio interno
- Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga
- - Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular
- - La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- Fundamentación teórica
- Gasto calórico
- Nutrientes en el deporte
- - Hidratos de carbono

- - - Grasas
- - - Proteínas
- - - Agua y electrolitos
- - - Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 7. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

- - Necesidades psicológicas en el deporte
- - La finalidad de la intervención psicológica
- - Variables, habilidades y técnicas psicológicas
- - Entrenamiento de habilidades psicológicas
- - Tipos de intervención psicológica
- - El papel de la Psicología
- - Participación de los deportistas en la preparación psicológica

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

- - El deporte
- - Entrenamiento deportivo
- - - Características del entrenamiento deportivo
- - El rendimiento deportivo
- - Componentes generales de un programa de preparación psicológica
- - Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico
- - Planificación del entrenamiento psicológico
- - Diseño de programas de entrenamiento psicológico

UNIDAD DIDÁCTICA 9. FORMACIÓN TÉCNICA DEL ATLETISMO

- - Conceptos generales del entrenamiento
- - - Calentamiento y enfriamiento
- - Consideraciones generales sobre la carrera
- - - Técnica de la carrera
- - - Descripción de la técnica de salida
- - - Ejercicios de velocidad de reacción
- - Carreras de velocidad
- - Carreras de medio fondo y fondo
- - - Carreras de medio fondo o de media distancia

- - - Carreras de fondo o de larga distancia
- - Carreras de relevos
- - - Ejercicios de entrenamiento de las carreras de relevos
- - Carreras con vallas
- - - Consideraciones técnicas de las carreras con vallas
- - - Ejercicios de entrenamiento
- - La marcha atlética
- - - Descripción elemental de la técnica
- - - Iniciación técnica. Entrenamiento
- - Salto de altura
- - - Técnica del salto de altura
- - - Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- - El salto de longitud
- - - La técnica de salto de longitud
- - - Entrenamiento de salto de longitud
- - El salto con pértiga
- - - La técnica del salto con pértiga
- - - Ejercicios de entrenamiento de salto con pértiga
- - El triple salto
- - - Técnica y fases del triple salto
- - - Ejercicios de entrenamiento para el aprendizaje del triple salto
- - El lanzamiento de peso
- - - Técnica básica del lanzamiento de peso
- - - Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- - El lanzamiento de disco
- - - La técnica del lanzamiento de disco
- - - Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- - El lanzamiento de martillo
- - - La técnica del lanzamiento de martillo
- - - Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- - El lanzamiento de jabalina
- - - La técnica del lanzamiento de jabalina

- - - Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- - Las pruebas combinadas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGLAMENTO DE LAS ESPECIALIDADES ATLÉTICAS

- - Generalidades del reglamento deportivo
- - Reglamento básico
- - - Carreras
- - - Concursos
- - - Pruebas combinadas
- - - Pruebas de marcha

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- - Introducción a las lesiones deportivas
- - Definición
- - La prevención
- - Tratamiento
- - Lesiones deportivas frecuentes
- - - Introducción
- - - Lesiones deportivas más frecuentes
- - ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
- - ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- - Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

- - Introducción a los primeros auxilios
- - - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
- - - La respiración
- - - El pulso
- - Actuaciones en primeros auxilios
- - - Ahogamiento
- - - Las pérdidas de consciencia
- - - Las crisis cardíacas
- - - Hemorragias
- - - Las heridas

- - - Las fracturas y luxaciones
- - - Las quemaduras
- - Normas generales para la realización de vendajes
- - Maniobras de resucitación cardiopulmonar
- - - Ventilación manual
- - - Masaje cardíaco externo

MÓDULO 2. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

- - Anatomía
- - - Posición anatómica
- - - Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
- - - Tipos constitucionales del cuerpo humano
- - - Clasificación de la anatomía
- - Sistemas y aparatos de la anatomía humana
- - - Sistema óseo y funciones
- - - Aparato respiratorio
- - - Sistema cardiovascular
- - - Aparato digestivo
- - - Aparato renal
- - - Sistema endocrino
- - - Sistema nervioso
- - - La piel

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

- - Miología
- - Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
- - - Movimientos musculares
- - Características del tejido muscular
- - - Regeneración del tejido muscular
- - El Músculo Esquelético
- - - Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
- - - Acción muscular sobre el esqueleto

- Uniones musculares
- Tono y fuerza muscular
- - Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- Fundamentación teórica
- Gasto calórico
- Nutrientes en el deporte
- - Hidratos de carbono
- - Grasas
- - Proteínas
- - Agua y electrolitos
- - Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- Lesiones deportivas. Concepto
- -Prevención de las lesiones deportivas
- - Tratamiento de las lesiones deportivas
- Lesiones en extremidades inferiores
- - Lesiones en la pierna
- - Lesiones en el pie
- - Lesiones en el muslo
- - Lesiones en la rodilla
- Lesiones en extremidades superiores y tronco
- - Lesiones en extremidad superior
- - Lesiones en hombro
- Lesiones en los niños
- - Lesiones más frecuente en los niños/as
- Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
- - Tratamiento ortopédico de las lesiones
- - Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
- - Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
- - Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

- Introducción a la historia del masaje
- - De Egipto al Islam
- - Desde la Edad Media al Siglo XX
- Introducción al masaje deportivo
- - Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- Etapas para la aplicación de un masaje deportivo
- - Claves para el masaje deportivo
- Gimnasia para el masaje. Quirogimnasia
- Efectos fisiológicos del masaje
- - Estiramientos miofasciales en el deporte
- Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
- - Indicaciones del masaje
- - Contraindicaciones del masaje

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

- El masaje
- - Masaje de calentamiento
- - Masaje de intracompetición
- - Masaje de restauración o postcompetición
- - Masaje de entrenamiento o intersemana
- - Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- Automasaje en el deportista
- Masaje ruso
- Reflexoterapia podal en el deportista
- - Beneficios te la reflexiología podal
- - Contraindicaciones de la reflexología podal
- Drenaje linfático manual
- - Técnicas básicas en el drenaje linfático
- Crioterapia, criomasaje y criocinética
- - Efectos fisiológicos
- - Indicaciones y contraindicaciones

- - - Formas de aplicación
- - Criomasaje y Criocinética
- - - Aplicación de criomasaje
- - - Indicaciones del criomasaje
- - - Contraindicaciones del criomasaje
- - - Criocinética
- - Shiatsu. Masaje japonés
- - - Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

- - Vendaje funcional
- - - Técnicas del vendaje funcional
- - - Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
- - - Propiedades del vendaje funcional
- - Tipos de vendajes funcionales
- - - Vendajes funcionales: hombro y codo
- - - Vendajes funcionales: muñeca
- - - Vendajes funcionales: tronco
- - - Vendajes funcionales: muslo y rodilla
- - - Vendajes funcionales tobillo y pie
- - Otros vendajes
- - - Vendajes neuromuscular
- - - Vendaje en el paciente con linfedema
- - - Vendaje en el paciente amputado

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

- - Anatomía y biomecánica de la rodilla
- - - Exploraciones físicas en la rodilla
- - Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- - Lesiones en la rodilla
- - - Reumatismos de partes blandas en la rodilla
- - - Rehabilitación de lesiones de la rodilla
- - - Osteopatía

- Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

- Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
- - Actividad física
- - Ejercicio físico
- - Condición física
- Beneficios de la actividad física
- - Componentes de la actividad física
- Efectos de la actividad física y la alimentación
- - Efectos sobre la obesidad
- - Efectos sobre la diabetes
- - Efectos sobre la hipertensión arterial
- Cineantropometría
- - La antropometría
- Ayudas ergogénicas
- - Características

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

- Reanimación cardiopulmonar
- Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
- - Congelación
- - Hipotermia
- Calambre, agotamiento y golpe de calor
- - Calambres por el calor
- - Agotamiento por el calor
- - Golpe de calor