Monitor de Educación Física + Monitor de Musculación y Fitness (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)

Monitor de Educación Física + Monitor de Musculación y Fitness (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)

Duración: 425 horas

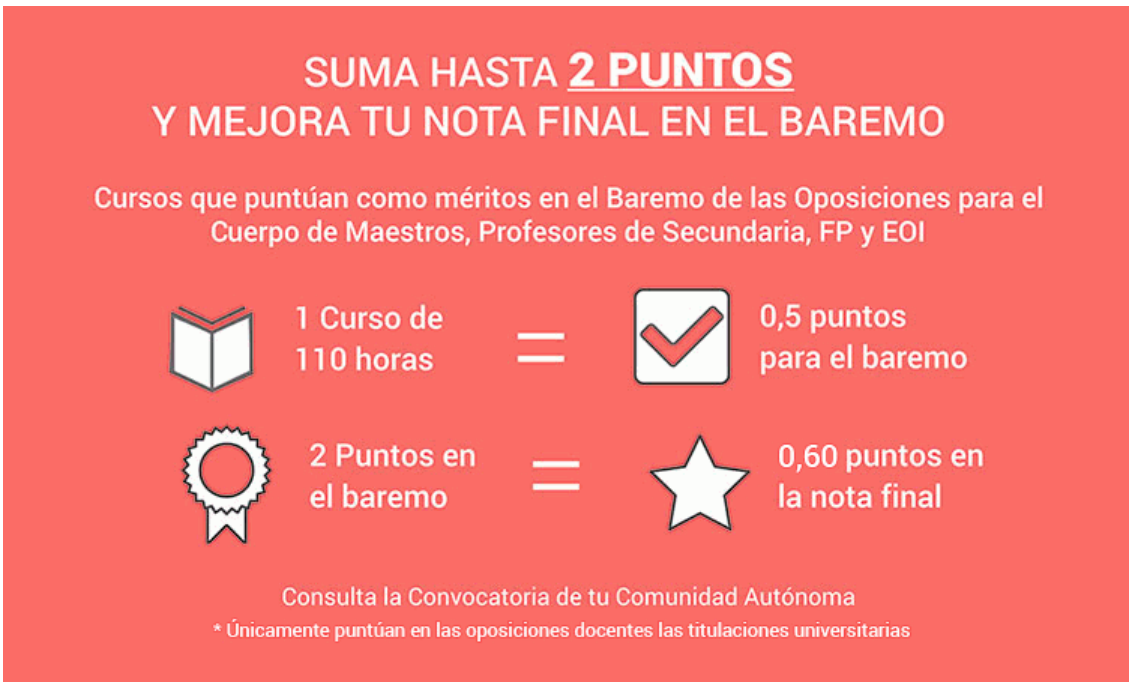
Precio: 360 € *

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

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. Se debe prestar especial atención a las características que tienen los/as niños/as en estas etapas, ya que se consideran las más importantes y determinantes de su vida, por lo que la formación es crucial para su desarrollo. No obstante, el área de la educación física integra el trabajo psíquico, físico y social, por lo que el objetivo del monitor irá encaminado a ayudar a los jóvenes a realizarse, a la vez que lo hace de manera lúdica y divertida a través del juego. Ademas se ofrece una formación de carácter práctico que capacita para ejercer profesionalmente como Monitor de Musculación, Entrenador Personal, Preparador Físico, o Profesor de Fitness ya sea en un Gimnasio, Federación Deportiva, Club de Atletismo, etc.

A quién va dirigido

Este curso 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 o monitor de musculación y fitness. Así como para las personas que quieran ampliar sus conocimientos profesionales en este ámbito.

Salidas laborales

Monitor de Educación Física / Monitor de Musculación y Fitness en Centros Deportivos o Gimnasios.

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.
- Conocer las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento para aplicarlas a los ejercicios característicos de musculación y fitness
- Adquirir conocimientos básicos sobre el sistema óseo y la fisiología muscular
- Analizar las respuestas fisiológicas a los ejercicios de musculación y fitness
- Comprender la importancia de la nutrición en la realización de deporte
- Conocer la teoría del entrenamiento aplicada a la musculación y fitness.

Para que te prepara

El presente curso dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un monitor de educación física y monitor de musculación y fitness en el desarrollo de una clase o sesión con los niños, niñas, jóvenes o personas adultas.

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Musculación y Fitness expedida por EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS. - Titulación Universitaria en Monitor de Educación Física 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 'Monitor de Musculación y Fitness'

- Manual teórico 'Monitor de Educación Física'

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

PARTE 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
- 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 metoc
- 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
- 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 GI 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

PARTE 2. MONITOR DE MUSCULACIÓN Y FITNESS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

- Introducción a la fisioterapia
- Fundamentos anatómicos del movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

- Morfología
- Fisiología
- División del esqueleto
- Desarrollo óseo
- Sistema óseo
- Articulaciones y movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA MUSCULAR

- Introducción
- Tejido muscular
- Clasificación muscular
- Acciones musculares
- Ligamentos
- Musculatura dorsal
- Tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

- Sistema energético
- ATP (Adenosina Trifosfato)
- Tipos de fuentes energéticas
- Sistema 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
- Adaptaciones Orgánicas en el Ejercicio
- Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DIETÉTICA Y NUTRICIÓN APLICADA A LA MUSCULACIÓN Y

- Introducción
- Nutrición y salud
- Necesidad de nutrientes

- Hidratación y rendimiento deportivo
- Las ayudas ergogénicas
- Elaboración de dietas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO APLICADO A LA MUSCULAC FITNESS. Introducción al entrenamiento

- Teorías que explican los fenómenos de adaptación del organismo a los esfuerz
- Factores que intervienen en el entrenamiento físico
- Medición y evaluación de la condición física
- Calentamiento y enfriamiento
- Técnicas de relajación y respiración
- Entrenamiento de la flexibilidad
- Entrenamiento cardiovascular o aeróbico
- Entrenamiento muscular
- Entrenamiento de la fuerza
- El desentrenamiento
- Conducta de higiene en el entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 8. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PRIMEROS AUXILIOS APLICADOS A LA MUSCULACIÓN Y F

- Introducción a los Primeros Auxilios
- Actuaciones en primeros auxilios
- Normas generales para la realización de vendajes
- Maniobras de resucitación cardiopulmonar

ANEXO 1. EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO