



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Postgrado en Metodologías para la Enseñanza del Atletismo en Educación + Titulación Universitaria

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Postgrado en Metodologías para la Enseñanza del Atletismo en Educación + Titulación Universitaria

duración total: 525 horas

horas teleformación: 200 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

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. El presente curso dotará al alumno de los conocimientos necesarios para poner en práctica el atletismo en la escuela para su enseñanza y para desarrollar las funciones de un monitor de educación física en el desarrollo de una clase o sesión con los niños, niñas o jóvenes.



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

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.
- 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 el atletismo en el marco escolar.
- Aprender los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de las especialidades de carrera.
- Aprender los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de las especialidades de salto.
- Aprender los elementos técnicos, tácticos y reglamentarios de las especialidades de lanzamiento.
- Conocer las propuestas metodológicas para su desarrollo en la escuela.
- Aprender diferentes juegos y actividades para la enseñanza de las especialidades basadas en la carrera, el salto y el lanzamiento.
- Realizar una evaluación del aprendizaje y la enseñanza en el atletismo.

para qué te prepara

Este Postgrado en Metodologías para la Enseñanza del Atletismo en Educación te prepara para conocer las técnicas, tácticas y metodología del atletismo para su enseñanza en la escuela. Además te prepara para desarrollar las funciones de las competencias y funciones que debe de tener un monitor de educación física y un monitor de Atletismo para niños.

salidas laborales

Educación, Deporte, Entrenador de atletismo, Entrenadores, Monitores Deportivos, Profesor de Educación física.

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

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

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

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

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Monitor de Educación Física'
- Manual teórico 'Monitor de Atletismo para Niños'
- Manual teórico 'Enfoques Metodológicos y Enseñanza del Atletismo en la Escuela'



profesorado y servicio de tutorías

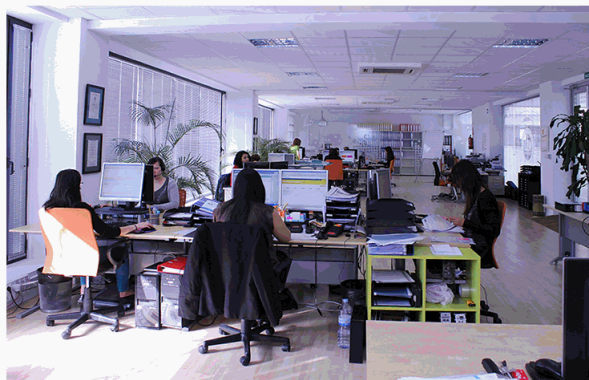
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

PARTE 1. MONITOR DE EDUCACIÓN FÍSICA

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

1. Concepto de Educación Física
2. Evolución y desarrollo de la Educación Física
3. La educación física en el Sistema Educativo: objetivos y contenidos
4. Evolución y desarrollo de las funciones atribuidas al movimiento como elemento formativo

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA Y PATOLOGÍAS

1. Anatomía implicada en la actividad física
2. Fisiología implicada en la actividad física
3. Patologías relacionadas con el aparato motor
4. Evaluación y tratamiento en el proceso educativo

UNIDAD DIDÁCTICA 3. BASES BIOLÓGICAS Y FISIOLÓGICAS

1. El crecimiento y el desarrollo aeromotor, óseo y muscular
2. Factores endógenos y exógenos que repercuten en el desarrollo y crecimiento
3. Patologías relacionadas con el crecimiento y la evolución de la capacidad del movimiento
4. Evaluación y tratamiento en el proceso educativo

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CAPACIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Capacidades físicas básicas
2. Resistencia
3. Fuerza
4. Velocidad
5. Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 5. COORDINACIÓN Y EQUILIBRIO

1. Coordinación
2. Equilibrio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. APRENDIZAJE MOTOR

1. El aprendizaje motor
2. Principales modelos explicativos del aprendizaje motor
3. El proceso de enseñanza-aprendizaje
4. Mecanismos y factores que intervienen en el aprendizaje

UNIDAD DIDÁCTICA 7. HABILIDADES, DESTREZAS Y TAREAS MOTRICES

1. Habilidades, destrezas y tareas motrices
2. Análisis y clasificación
3. Actividades para su desarrollo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EDUCACIÓN PSICOMOTRIZ Y EVOLUCIÓN MOTRIZ

1. Evolución de las capacidades motrices en relación con el desarrollo evolutivo general
2. Educación sensomotriz y psicomotriz en las primeras etapas de la infancia

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ESQUEMA Y EXPRESIÓN CORPORAL

1. El esquema corporal
2. El proceso de lateralización
3. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
4. La expresión corporal en el desarrollo del área de educación física
5. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

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

1. Los deportes. Concepto y clasificaciones
2. El deporte como actividad educativa
3. Los deportes individuales y colectivos en la escuela; técnica, táctica y su metodología

- 4.El juego como actividad de enseñanza y aprendizaje en el área de educación física
- 5.Adaptaciones metodológicas basadas en las características de los juegos, en el área de educación física
- 6.La educación física y el deporte como elemento sociocultural
- 7.Juegos y deportes populares, autóctonos y tradicionales
- 8.Las actividades físicas organizadas en el medio natural

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

- 1.Desarrollo de las capacidades físicas básicas en la edad escolar
- 2.Factores entrenables y no entrenables
- 3.Adaptación al esfuerzo físico en niños
- 4.El desarrollo de las habilidades
- 5.Principios fundamentales del entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 12. SALUD, AUTONOMÍA Y AUTOESTIMA

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

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

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

UNIDAD DIDÁCTICA 14. METODOLOGÍA Y EVALUACIÓN DE LA EDUCACIÓN FÍSICA

- 1.Métodos de enseñanza en educación física
- 2.Los estilos de enseñanza
- 3.La evaluación de la educación física en la educación primaria
- 4.El proceso evaluador, clases y tipos de evaluación
- 5.Instrumentos y mecanismos de evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 15. PRIMEROS AUXILIOS

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

PARTE 2. ENFOQUES METODOLÓGICOS Y ENSEÑANZA DEL ATLETISMO EN LA ESCUELA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL ATLETISMO ENFOCADO COMO DEPORTE EN EL ÁMBITO ESCOLAR

- 1.El método y su importancia
 - 1.- Métodos utilizados en el ámbito de la educación
- 2.Las funciones del docente
- 3.El atletismo en el ámbito escolar

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

- 1.Necesidades psicológicas en el deporte
 - 1.- Objetivos de la intervención psicológica en el deporte
- 2.Proceso de asistencia psicológica
- 3.Entrenamiento de las habilidades psicológicas de los deportistas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. POSIBLES LESIONES DEPORTIVAS Y CÓMO PREVENIRLAS

- 1.Las lesiones deportivas

2.Las lesiones deportivas más frecuentemente desarrolladas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PLANES PARA PREPARACIÓN FÍSICA CARA A LA REALIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES

1.La preparación física

1.- Las capacidades físicas

2.Metodologías para el desarrollo de la preparación física

3.Diseño de un plan de entrenamiento físico

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA CARRERA: ASPECTOS GENERALES, TIPOS Y METODOLOGÍA

1.Aspectos generales sobre la carrera

2.La técnica de salida

1.- Ejercicios para trabajar la velocidad de reacción

3.La carrera de velocidad

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL SALTO: ASPECTOS GENERALES, TIPOS Y METODOLOGÍA

1.El salto de altura

2.Técnicas de salto del altura

1.- Ejercicios para asimilar la técnica

3.Tipos de saltos en atletismo

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL LANZAMIENTO: ASPECTOS GENERALES, TIPOS Y METODOLOGÍA

1.La prueba de lanzamiento

1.- El lanzamiento de peso

2.- El lanzamiento de disco

3.- El lanzamiento de jabalina

4.- El lanzamiento de martillo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL ALUMNADO

1.La evaluación en el ámbito educativo

2.La evaluación según la LOMLOE

3.Criterios de evaluación en el aula de educación física

PARTE 3. MONITOR DE ATLETISMO PARA NIÑOS

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

1.Morfología

2.Fisiología

3.División del esqueleto

4.Desarrollo óseo

5.Sistema óseo

1.- Columna vertebral

2.- Tronco

3.- Extremidades

4.- Cartílagos

5.- Esqueleto apendicular

6.Articulaciones y movimiento

1.- Articulación Tibio-Tarsiana o Tibio-Peroneo Astragalina

2.- Articulación de la rodilla

3.- Articulación coxo-femoral

4.- Articulación escapulo humeral

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA MUSCULAR

- 1.Introducción
- 2.Tejido muscular
- 3.Clasificación muscular
- 4.Acciones musculares
- 5.Ligamentos
- 6.Musculatura dorsal
- 7.Tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SISTEMAS ENERGÉTICOS

- 1.Sistema energético
- 2.ATP (Adenosina Trifosfato)
- 3.Tipos de fuentes energéticas
- 4.Sistemas anaeróbico aláctico o sistema de fosfágeno
- 5.Sistema anaeróbico láctico o glucólisis anaeróbica
- 6.Sistema aeróbico u oxidativo

UNIDAD DIDÁCTICA 5. METABOLISMO EN FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- 1.Fundamentación teórica
- 2.Gasto calórico
- 3.Nutrientes en el deporte
 - 1.- Hidratos de carbono
 - 2.- Grasas
 - 3.- Proteínas
 - 4.- Agua y electrolitos
 - 5.- Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 7. IMPORTANCIA DE LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE

- 1.Necesidades psicológicas en el deporte
- 2.La finalidad de la intervención psicológica
- 3.Variables, habilidades y técnicas psicológicas
- 4.Entrenamiento de habilidades psicológicas
- 5.Tipos de intervención psicológica
- 6.El papel de la Psicología
- 7.Participación de los deportistas en la preparación psicológica

UNIDAD DIDÁCTICA 8. PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO

- 1.El deporte
- 2.Entrenamiento deportivo

- 1.- Características del entrenamiento deportivo
- 3.El rendimiento deportivo
- 4.Componentes generales de un programa de preparación psicológica
- 5.Principios significativos para la planificación del entrenamiento psicológico
- 6.Planificación del entrenamiento psicológico
- 7.Diseño de programas de entrenamiento psicológico

UNIDAD DIDÁCTICA 9. FORMACIÓN TÉCNICA DEL ATLETISMO PARA NIÑOS

- 1.Los niños y el atletismo
- 2.Conceptos generales del entrenamiento
 - 1.- Calentamiento y enfriamiento
- 3.Consideraciones generales sobre la carrera
 - 1.- Técnica de la carrera
 - 2.- Descripción de la técnica de salida
 - 3.- Ejercicios de velocidad de reacción
- 4.Carreras de velocidad
- 5.Carreras de medio fondo y fondo
 - 1.- Carreras de medio fondo o de media distancia
 - 2.- Carreras de fondo o de larga distancia
- 6.Carreras de relevos
 - 1.- Ejercicios de entrenamiento de las carreras de relevos
- 7.Carreras con vallas
 - 1.- Consideraciones técnicas de las carreras con vallas
 - 2.- Ejercicios de entrenamiento
- 8.La marcha atlética
 - 1.- Descripción elemental de la técnica
 - 2.- Iniciación técnica. Entrenamiento
- 9.Salto de altura
 - 1.- Técnica del salto de altura
 - 2.- Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- 10.El salto de longitud
 - 1.- La técnica de salto de longitud
 - 2.- Entrenamiento de salto de longitud
- 11.El salto con pértiga
 - 1.- La técnica del salto con pértiga
 - 2.- Ejercicios de entrenamiento de salto con pértiga
- 12.El triple salto
 - 1.- Técnica y fases del triple salto
 - 2.- Ejercicios de entrenamiento para el aprendizaje del triple salto
- 13.El lanzamiento de peso
 - 1.- Técnica básica del lanzamiento de peso
 - 2.- Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- 14.El lanzamiento de disco
 - 1.- La técnica del lanzamiento de disco
 - 2.- Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- 15.El lanzamiento de martillo
 - 1.- La técnica del lanzamiento de martillo
 - 2.- Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- 16.El lanzamiento de jabalina
 - 1.- La técnica del lanzamiento de jabalina
 - 2.- Ejercicios para el aprendizaje de la técnica
- 17.Las pruebas combinadas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. REGLAMENTO DE LAS ESPECIALIDADES ATLÉTICAS PARA NIÑOS

1.Generalidades del reglamento deportivo

2.Reglamento básico

- 1.- Carreras
- 2.- Concursos
- 3.- Pruebas combinadas
- 4.- Pruebas de marcha
- 5.- Carreras
- 6.- Concursos
- 7.- Pruebas combinadas
- 8.- Pruebas de marcha

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

- 1.- Introducción
- 2.- Lesiones deportivas más frecuentes

6.¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?

7.¿Qué puedes hacer si te lesionas?

8.Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1.Introducción a los primeros auxilios

- 1.- Principios básicos de actuación en primeros auxilios
- 2.- La respiración
- 3.- El pulso

2.Actuaciones en primeros auxilios

- 1.- El ahogamiento
- 2.- Las pérdidas de consciencia
- 3.- Las crisis cardíacas
- 4.- Hemorragias
- 5.- Las heridas
- 6.- Fracturas y luxaciones
- 7.- Quemaduras

3.Normas generales para la realización de vendajes

4.Maniobras de resucitación cardiopulmonar

- 1.- Ventilación manual
- 2.- Masaje cardíaco externo