



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Monitor Deportivo + Curso en Actividad Física y Deporte Adaptado (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

+ Información Gratis

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

Monitor Deportivo + Curso en Actividad Física y Deporte Adaptado (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

duración total: 325 horas

horas teleformación: 163 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

El deporte adaptado se entiende como aquella modalidad deportiva que se adapta a personas con discapacidad, ya sea porque se han realizado una serie de modificaciones para facilitar la práctica de estos deportes, o porque la propia estructura del deporte permite su práctica. Con este Curso de Monitor Deportivo + Curso de Actividad Física y Deporte Adaptado aprenderás las propuestas metodológicas para los deportes adaptados y el desarrollo de los objetivos, competencias, además aprenderás las competencias necesarias que debe de tener un monitor deportivo.



a quién va dirigido

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

objetivos

- Describir el concepto de monitor, y las cualidades, habilidades y actitudes que debe tener.
- Desarrollar la anatomía implicada en la actividad física.
- Conocer las cualidades físicas básicas que todo deportista debe desarrollar.
- Aprender el proceso a seguir para la programación y organización de las sesiones de entrenamiento.
- Enumerar las lesiones deportivas que pueden aparecer en este contexto y sus medidas de prevención y tratamiento correspondientes.
- Adquirir las nociones básicas de primeros auxilios que debe conocer un monitor deportivo.
- Identificar el deporte adaptado dentro de las ciencias de la actividad física y del deporte.
- Realizar los contenidos del programa atendiendo a las necesidades de la actividad física adaptada.

para qué te prepara

El actual Curso de Monitor Deportivo + Curso de Actividad Física y Deporte Adaptado te prepara para obtener unos conocimientos especializados sobre los aspectos a tener en cuenta para la realización de la práctica deportiva de deportes adaptado, asimismo te prepara para realizar las funciones del monitor deportivo y así poder organizar, programar y controlar la práctica deportiva a través de entrenamientos y sesiones de trabajo.

salidas laborales

Monitor deportivo, Entrenador deportivo, Profesor de Educación física, Monitor deportivo con personas discapacitadas.

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 Deportivo'
- Manual teórico 'Actividad Física y el Deporte Adaptado'



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 ineseem 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 DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL MONITOR

1. Definición de monitor
 - 1.- Factores y ámbito de actuación de un monitor
2. Funciones del monitor
3. Estilos del monitor deportivo
 - 1.- Estilos según la finalidad
4. Tipos de actividades
 - 1.- Criterios para la organización de las actividades

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR

1. Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
 - 1.- Resistencia
 - 2.- Fuerza
 - 3.- Flexibilidad
 - 4.- Velocidad
2. Las cualidades psicomotrices
3. Habilidades sociales del monitor
 - 1.- La asertividad
 - 2.- La Inteligencia emocional
 - 3.- Autoconcepto y autoestima
 - 4.- La empatía
4. Actitudes desarrolladas por el monitor

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Introducción a la anatomía
2. Sistema óseo
 - 1.- Fisiología
 - 2.- División del esqueleto
 - 3.- Desarrollo óseo
 - 4.- Sistema óseo: composición
 - 5.- Articulaciones y movimiento
3. Sistema muscular
 - 1.- Tejido muscular
 - 2.- Clasificación muscular
 - 3.- Ligamentos
 - 4.- Musculatura dorsal
 - 5.- Tendones
4. Sistema nervioso
5. Sistema linfático

UNIDAD DIDÁCTICA 4. 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 5. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

- 1. Introducción a las cualidades físicas básicas
- 2. Resistencia
 - 1.- Factores que influyen en el desarrollo de la resistencia
 - 2.- Desarrollo y evolución de la resistencia
- 3. Fuerza
 - 1.- Factores que influyen en el desarrollo de la fuerza
 - 2.- Desarrollo y evolución de la fuerza
- 4. Velocidad
 - 1.- Factores que influyen en la velocidad
 - 2.- Desarrollo y evolución de la velocidad
- 5. Flexibilidad
 - 1.- Factores que influyen en la flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 6. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

- 1. Introducción a las cualidades psicomotrices
- 2. El esquema corporal
 - 1.- Elaboración del esquema corporal
 - 2.- Organización del esquema corporal
- 3. El 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 7. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

- 1. Programación del proceso de entrenamiento
- 2. Planificación del entrenamiento
- 3. Sesión de entrenamiento
 - 1.- Fases de una sesión de entrenamiento
 - 2.- Objetivos de la sesión de entrenamiento
 - 3.- Tipos de sesiones de entrenamiento
- 4. Características de un buen entrenador

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS

- 1. Técnica y táctica de los deportes
 - 1.- La técnica
 - 2.- La táctica
- 2. Reglas de juego
- 3. Didáctica de la iniciación deportiva
 - 1.- Modelos de iniciación deportiva

- 2.- Fases de la iniciación deportiva
- 3.- Tipos de juegos para la iniciación deportiva
- 4.- Juegos de iniciación para deportes de equipo
4. Juegos aplicados a la educación física
 - 1.- Tipos de juegos aplicados a la educación física
5. Aprendizaje y desarrollo motor
 - 1.- Características del aprendizaje motor
 - 2.- Principales modelos explicativos del aprendizaje motor
 - 3.- Factores que intervienen en el aprendizaje motor
 - 4.- Desarrollo motor
6. Test y baterías de evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS DE DESARROLLO FÍSICO INTEGRAL

1. La actividad física y el deporte a desarrollar
2. Métodos y técnicas didácticas aplicadas a la educación física. Juegos aplicados a la educación física
 - 1.- Métodos de enseñanza en educación física
 - 2.- Técnicas de enseñanza en educación física
3. Reglamentación y normas de juego básicas en cada deporte
 - 1.- Aeróbic
 - 2.- Fútbol
 - 3.- Natación
 - 4.- Baloncesto
 - 5.- Tenis
 - 6.- Atletismo
 - 7.- Artes marciales: Judo
 - 8.- Voleibol
 - 9.- Balonmano
 - 10.- Bádminton

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
 - 1.- Lesiones musculares
 - 2.- Lesiones en los tendones
 - 3.- Lesiones articulares
 - 4.- Lesiones óseas
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 11. 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.- Ahogamiento
 - 2.- Las pérdidas de consciencia
 - 3.- Las crisis cardíacas
 - 4.- Hemorragias
 - 5.- Las heridas
 - 6.- Las fracturas y luxaciones

- 7.- Las quemaduras
- 3. Normas generales para la realización de vendajes
- 4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
 - 1.- Ventilación manual
 - 2.- Masaje cardíaco externo

PARTE 2. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE ADAPTADO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DEL DEPORTE ADAPTADO A PERSONAS CON DISCAPACIDAD

- 1. Nociones generales. La actualidad en la adaptación de deportes
- 2. Organizaciones deportivas de ámbito local, estatal e internacional
- 3. Tipos de competiciones y eventos físico-deportivos y recreativos: terapéuticos, recreativos, educativos, competitivos
- 4. Deportes adaptados y específicos
 - 1.- Aspectos técnicos
 - 2.- Aspectos tácticos
 - 3.- Aspectos reglamentarios
 - 4.- Organización de los participantes y los apoyos
 - 5.- Adecuación de los espacios e instalaciones
 - 6.- Recursos materiales y adaptaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA (FEDDF)

- 1. La Federación como institución
 - 1.- Competencias y funciones de la FEDDF
- 2. Órganos de gobierno, representación y estructura de la FEDDF
 - 1.- Causas de inelegibilidad e incompatibilidades
 - 2.- Órganos técnicos
- 3. Licencias y seguros
- 4. Estatutos personales de clubes, asociaciones deportivas y deportistas, técnicos y más

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTES PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL (FEDDI)

- 1. La Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual como organismo
 - 1.- Las competencias de la FEDDI
- 2. El programa formativo nacional
 - 1.- Niveles
 - 2.- Divisiones, marcas y rankings
- 3. Licencias
 - 1.- La licencia única estatal. Disposiciones generales
- 4. Estructura de la Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Intelectual
 - 1.- Inelegibilidad e incompatibilidades
 - 2.- Régimen disciplinario

UNIDAD DIDÁCTICA 4. UNAS PINCELADAS, DEPORTES ADAPTADOS EXISTENTES

- 1. Conceptos generales; la adaptación de deportes y la inclusión
- 2. Los deportes adaptados existentes
 - 1.- Actividades subacuáticas
 - 2.- Atletismo
 - 3.- Automovilismo
 - 4.- Bádminton
 - 5.- Baloncesto
 - 6.- Balonmano
 - 7.- Ciclismo
 - 8.- Esgrima
 - 9.- Otros deportes

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

1. Historia
 - 1.- Juegos Paralímpicos
2. Deportes Paralímpicos
 - 1.- Deportes de Verano
 - 2.- Deportes de Invierno

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE DISCAPACIDAD EN EL DEPORTE

1. Discapacidad visual
 - 1.- Tipos de discapacidad visual
 - 2.- Necesidades de las personas con ceguera
2. Discapacidad auditiva
 - 1.- Hipoacusia y sordera
 - 2.- Tipologías de discapacidad auditiva
3. Discapacidad física
4. Discapacidad intelectual
 - 1.- Clasificación de la discapacidad intelectual
5. Trastornos Generalizados del Desarrollo
 - 1.- Tipos y características de los Trastornos Generalizados del Desarrollo
6. Enfermedad mental
7. Otros (daño cerebral adquirido, etc.)

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL DEPORTE EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA

1. Etiología y clasificación de la discapacidad física
2. Clasificación internacional del funcionamiento, la discapacidad y la salud (CIF)
 - 1.- Terminología: funcionamiento, discapacidad y salud
 - 2.- Objetivo y finalidad
 - 3.- Enfoque bio-psico-social y ecológico
 - 4.- Funciones y estructuras corporales
 - 5.- Actividad
 - 6.- Participación
3. Autonomía personal
 - 1.- Definición
 - 2.- Parámetros que la configuran
 - 3.- Autonomía personal y calidad de vida
4. Patologías frecuentes en discapacidad física
 - 1.- Espina bífida
 - 2.- Parálisis cerebral
 - 3.- Enfermedades neuromusculares
 - 4.- Lesiones de la médula espinal
 - 5.- Esclerosis múltiple
 - 6.- Poliomielitis
 - 7.- Amputaciones
 - 8.- Distrofia muscular
5. Autonomía funcional y el paradigma de los apoyos
 - 1.- Tipos de apoyo
 - 2.- Duración e intensidad de los apoyos: Intermitente, limitado, extenso, generalizado
6. El deporte en las personas con discapacidad física

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL DEPORTE EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

1. Definición de la discapacidad intelectual
2. Características básicas de la persona con discapacidad intelectual
3. Trastornos asociados en la discapacidad intelectual
 - 1.- Hidrocefalia. Microcefalia
 - 2.- Alteraciones fisiológicas: respiratorias, cardíacas, digestivas, renales, metabólicas, neurológicas, alergias

- 3.- Epilepsia
- 4.- Obesidad
- 5.- Trastornos de la personalidad
- 6.- Psicosis y depresión
- 7.- Autismo
- 8.- Hipotonía muscular e hiperlaxitud
- 9.- Comportamientos estereotipados (ecolalia, balanceo, autoagresión)

4.El deporte en las personas con discapacidad intelectual

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL DEPORTE EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD SENSORIAL

- 1.Definición de Discapacidad Visual
- 2.Tipos y grados de ceguera y repercusiones funcionales: baja visión, ceguera total y sordoceguera
- 3.La baja visión por falta de agudeza visual o por disminución del campo visual: afectación de la córnea, la úvea, el cristalino, la retina, nervio óptico, la presión intraocular, la movilidad ocular, de refracción ocular
- 4.El sentido auditivo en la ceguera: capacidad para identificar, localizar, discriminar y seguir el estímulo sonoro
- 5.Definición de Discapacidad Auditiva
- 6.Anatomofisiología del aparato auditivo
 - 1.- Oído externo
 - 2.- Oído medio
 - 3.- Oído interno
- 7.Etiología
- 8.Características diferenciales en las personas con discapacidad auditiva
- 9.El deporte en las personas con discapacidad sensorial

UNIDAD DIDÁCTICA 10. LOS BENEFICIOS DEL DEPORTE EN PERSONAS CON DISCAPACIDAD

- 1.El deporte como actividad física
- 2.Beneficios para la salud de la actividad física deportiva
 - 1.- Salud física u orgánica y actividad físico deportiva
- 3.Valoración de la condición física, la salud y la calidad de vida
 - 1.- Condición física
- 4.La inclusión como valor añadido al deporte en personas con discapacidad
 - 1.- La importancia de la inclusión en la educación y el deporte; los más pequeños y la educación física