



# INESEM

BUSINESS SCHOOL

## *Máster Europeo de Profesor de Educación Física*

+ Información Gratis

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

# Máster Europeo de Profesor de Educación Física

**duración total:** 1.500 horas      **horas teleformación:** 450 horas

**precio:** 0 € \*

**modalidad:** Online

\* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

## descripción

En las escuelas, el trabajo del Profesor de Educación Física 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 profesor irá encaminado a ayudar a los jóvenes a realizarse, a la vez que lo hace de manera lúdica y divertida a través del juego.



## *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.
- 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 la anatomía y fisiología de nuestro cuerpo implicada en la actividad física.
- Conocer las capacidades físicas básicas para su entrenamiento y los factores que influyen en su desarrollo.
- Saber los reglamentos básicos de los diferentes deportes.
- Conocer las posibles lesiones y riesgos que pueden sufrir los deportistas, y como socorrer ante una situación de primeros auxilios.
- Iniciar al alumno en el campo del protocolo y la organización de eventos deportivos.

## *para qué te prepara*

El presente Master de Profesor de Educación Física dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un Profesor de educación física en el desarrollo de una clase o sesión con los niños, niñas o jóvenes. El presente Master está Acreditado con créditos Universitarios Europeos (ECTS), siendo baremable en bolsa de trabajo y concurso-oposición de la Administración Pública (Curso homologado para oposiciones del Ministerio de Educación, apartado 2.5, Real Decreto 276/2007).

## *salidas laborales*

Profesor de Educación Física / Monitor de Educación Física / Colegios de Educación Infantil, Primaria y Secundaria sostenidos con Fondos Públicos o Privados. Orientadores en Centros Educativos /Entrenador deportivo o salidas laborales que requieran conocimientos de este ámbito / Orientadores en Centros Educativos / Organizador de Eventos Deportivos dentro de cualquier Organización.

## 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



## 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

# 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. DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL CURRÍCULUM DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR**

- 1.Definición de conceptos: didáctica general y didáctica específica
  - 1.- Didáctica general
  - 2.- Didáctica específica
  - 3.- Didáctica de la Educación Física y el Deporte
- 2.El área de la Educación Física y su desarrollo en el currículum
  - 1.- Elementos curriculares en Educación Obligatoria
  - 2.- Elementos curriculares en Bachillerato
- 3.El currículum. Concreción curricular
  - 1.- Niveles de concreción curricular
- 4.Programación didáctica
  - 1.- Las competencias en la programación didáctica

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. LAS COMPETENCIAS CLAVE**

- 1.Definición de las competencias clave

## 2. Clasificación de las competencias clave

- 1.- Competencia en comunicación lingüística
- 2.- Competencia matemática y competencias básicas en ciencia y tecnología
- 3.- Competencia digital
- 4.- Competencias sociales y cívicas
- 5.- Competencia en conciencia y expresión cultural
- 6.- Competencia para aprender a aprender
- 7.- Competencia en sentido de iniciativa y espíritu emprendedor

## 3. Cómo trabajar y adquirir las competencias clave en Educación Física

### 4. Evaluación de la Enseñanza

1.- Instrumentos para la evaluación de la enseñanza a través del alumnado: cuestionario y entrevista individual o grupal

2.- Instrumentos para la evaluación de la enseñanza a través del profesorado: diario de clase, fichas de autoevaluación de las sesiones y observación sistemática

- 3.- Evaluación en Educación Física
- 4.- La metaevaluación
- 5.- Rubricación de los criterios de evaluación

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. CONCIENCIA CORPORAL DE LAS CAPACIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES EN LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR. HABILIDADES MOTRICES Y CUALIDADES FÍSICAS**

### 1. La conciencia corporal y las capacidades perceptivas-motrices en el currículum de Educación Física

- 1.- Conciencia corporal
- 2.- Desarrollo de las capacidades perceptivo-motrices en Educación Física

### 2. Las habilidades motrices

- 1.- Desplazamientos
- 2.- Saltos
- 3.- Giros
- 4.- Lanzamientos
- 5.- Recepciones

### 3. Cualidades o capacidades físicas

- 1.- Resistencia
- 2.- Flexibilidad
- 3.- Fuerza
- 4.- Velocidad

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ACTIVIDADES ARTÍSTICO - EXPRESIVAS. INTERDISCIPLINARIEDAD**

### 1. Vinculación con el currículum en Primaria, Secundaria y Bachillerato

### 2. Actividades físico artísticas expresivas: el cuerpo como medio de expresión y comunicación. Ideas previas

### 3. El ritmo a través del movimiento en las metodologías activas de educación musical

- 1.- El ritmo

### 4. La danza en la escuela

- 1.- Danza. Manifestación expresiva
- 2.- Adaptaciones al contexto escolar

### 5. La actividad física y las enseñanzas artísticas: relación de la Educación Física con la música y la educación artística

- 1.- Relación de la Educación Física y la música
- 2.- Relación de la Educación Física y la Educación plástica

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN EDUCACIÓN FÍSICA**

1. La salud y la calidad de vida: delimitación conceptual
2. Factores determinantes de la salud y la calidad de vida
3. Beneficios para la salud de la actividad física deportiva
4. La educación física y la salud en el sistema educativo
5. Valoración de la condición física, la salud y la calidad de vida

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL JUEGO, EL DEPORTE Y LAS ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA.**

## **TRANSVERSALIDAD EN LA EDUCACIÓN FÍSICA EN SECUNDARIA**

1. Juegos y actividades deportivas
  - 1.- La Educación Física y el juego
  - 2.- La Educación Física y el deporte
2. Actividades deportivas
3. Actividades en la naturaleza
4. Educación física y el juego, en el actual marco normativo
  - 1.- Igualdad de género
  - 2.- Interculturalidad

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA EDUCACIÓN FÍSICA, LA ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD, INTERCULTURALIDAD Y CIUDADANÍA**

1. Una escuela para todos y para todas: la escuela inclusiva
  - 1.- Antecedentes de la escuela inclusiva
2. Análisis conceptual de la inclusión
3. La inclusión en el área de la Educación Física
  - 1.- Educación Física Inclusiva
4. ¿Cómo contribuye el área de Educación Física a la consecución de la competencia social y ciudadana?
5. Educación Intercultural
  - 1.- Interculturalidad en la nueva ley educativa
  - 2.- Medidas para promover la interculturalidad
6. El papel del profesorado en la Educación Intercultural
  - 1.- Condiciones y perfil del educador intercultural
7. La intervención educativa en educación intercultural desde la Educación física
  - 1.- Características y retos de la E.F. Intercultural
  - 2.- Principios de procedimiento para una intervención intercultural en Educación Física
8. Principios y pautas DUA: Diseño Universal del Aprendizaje
  - 1.- Enfoque de la Educación Inclusiva
  - 2.- Principios y pautas

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROGRAMACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA**

1. Marco legal de la programación didáctica
2. Educación física y las competencias clave
3. Mapa de relaciones competenciales
4. Contenidos transversales a trabajar
5. Estrategias de aprendizaje
  - 1.- Estilos de enseñanza
  - 2.- Técnicas metodológicas
6. Evaluación del proceso de aprendizaje
  - 1.- Técnicas e instrumentos de evaluación
  - 2.- Agentes evaluadores
7. Atención a la diversidad del alumnado
  - 1.- Factores condicionantes
  - 2.- Medidas de atención a la diversidad
8. Adaptaciones curriculares
9. Refuerzo educativo para alumnado con dificultades en el aprendizaje

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. NECESIDAD DE LA FORMACIÓN PERMANENTE DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEL DEPORTE ESCOLAR PARA LA MEJORA DE SU PRÁCTICA PROFESIONAL**

1. Formación permanente del profesorado de Educación Física y del deporte escolar
2. La Investigación educativa
3. La investigación en la práctica educativa: afrontando los interrogantes
4. Instrumentos de obtención de información para la investigación educativa
  - 1.- Los grupos de discusión

- 2.- La observación externa y la observación participante
  - 3.- Las notas de campo
  - 4.- Los diarios de campo
  - 5.- Análisis de documentos, pruebas documentales o documentos oficiales
  - 6.- Las fotografías y vídeo
  - 7.- Los informes analíticos
  - 8.- El cuestionario
  - 9.- La entrevista
5. Criterios dentro de la investigación educativa: veracidad, aplicabilidad, consistencia y neutralidad
- 1.- Criterio de veracidad
  - 2.- Criterio de aplicabilidad
  - 3.- Criterio de consistencia
6. Criterio de neutralidad

## **PARTE 3. GESTIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPAÑA**

1. Deporte y sociedad
2. Carta verde del deporte
3. Instalaciones deportivas en relación con la práctica deportiva
4. Instalaciones deportivas en los centros educativos

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. GENERALIDADES**

1. Definiciones y características generales
2. Condiciones del espacio
3. Aparcamiento

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESPACIOS DEPORTIVOS CONVENCIONALES**

1. Piscinas
2. Generalidades
3. Piscinas de natación
4. Piscinas de waterpolo
5. Natación sincronizada
6. Piscinas de saltos
7. Pistas
8. Voleibol
9. Baloncesto
10. Tenis
11. Balonmano
12. Fútbol sala
13. Squash
14. Pádel
15. Bádminton
16. Campos
17. Fútbol 7
18. Fútbol
19. Rugby
20. Hockey sobre hierba

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LOS ESPACIOS COMPLEMENTARIOS**

1. UD 4. LOS ESPACIOS COMPLEMENTARIOS
2. Entrada
3. Recepción
4. Circulaciones
5. Escaleras

- 6.Rampas
- 7.Ascensores
- 8.Puertas
- 9.Pasillos
- 10.Protecciones
- 11.Pavimento
- 12.Aseos y vestuarios
- 13.Aparatos sanitarios
- 14.Botiquín
- 15.Gradas
- 16.Señalización de accesibilidad
- 17.Condiciones y características de la información y señalización para la accesibilidad
- 18.Accesibilidad/supresión de barreras arquitectónicas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE UNA INSTALACIÓN DEPORTIVA**

- 1.Introducción
- 2.La planificación de una instalación deportiva: fases y principios generales
- 3.Criterios básicos de diseño
- 4.El proceso de diseño de una instalación deportiva y la organización funcional de los espacios

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. HERRAMIENTAS DE APOYO Y MEJORA DE LA CALIDAD DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS**

- 1.El ciclo de vida de una instalación deportiva
- 2.Explotación y gestión. Introducción
- 3.Tipos de gestión
- 4.Gestión directa
- 5.Gestión indirecta
- 6.Gestión mixta
- 7.La preparación de los pliegos
- 8.La gestión desde el punto de vista de la CALIDAD
- 9.Seguridad
- 10.Accesibilidad y Movilidad
- 11.La Certificación de las instalaciones deportivas
- 12.La gestión económica de las instalaciones deportivas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. INCORPORACIÓN TRANSVERSAL DE LA SOSTENIBILIDAD AL CICLO DE VIDA DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA**

- 1.Sostenibilidad
- 2.Introducción
- 3.Los principios de la sostenibilidad
- 4.Primeras aproximaciones
- 5.Sistemas de certificación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. FACTORES SOCIOECONÓMICOS QUE CARACTERIZAN LA GESTIÓN DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPAÑA**

- 1.Planteamiento económico de la infraestructura deportiva en España
- 2.El Producto Interior Bruto (PIB) per cápita y las instalaciones deportivas
- 3.El valor inmobiliario de las instalaciones deportivas
- 4.Las entidades propietarias y gestoras de las instalaciones deportivas en España: tendencia progresiva hacia la gestión indirecta
- 5.La ubicación de las instalaciones deportivas
- 6.El régimen de acceso y los usuarios
- 7.Calidad y sostenibilidad

## **PARTE 4. ENTRENADOR DEPORTIVO**

## **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA: DIFERENTES USOS DEL DEPORTE**

1. Conceptos generales
2. Logro y mantenimiento de la salud

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

1. Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
2. El sistema muscular
3. Articulaciones y movimiento
4. Los tendones

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

1. Fisiología muscular y sistemas energéticos
2. Fisiología cardio-circulatoria
3. Fisiología respiratoria
4. El sistema nervioso

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS**

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO**

1. El esquema corporal
2. El proceso de lateralización
3. Coordinación
4. Equilibrio
5. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
6. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO**

1. El entrenamiento y sus tipos
2. El desentrenamiento
3. Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt
4. Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación
5. Factores que intervienen en el entrenamiento físico

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO**

1. Programación del proceso de entrenamiento
2. Planificación del entrenamiento
3. Sesión de entrenamiento
4. Características de un buen entrenador

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA**

1. Deportes individuales
2. Deportes colectivos
3. Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte
4. Tipos de juegos
5. El juego como método de enseñanza
6. Iniciación deportiva
7. Tipos de juegos para la iniciación deportiva
8. Juegos de iniciación para deportes de equipo

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE**

1. Atletismo
2. Natación
3. Bádminton
4. Judo
5. Tenis

- 6.Gimnasia rítmica
- 7.Gimnasia artística
- 8.Aerobic
- 9.Voleibol
- 10.Baloncesto
- 11.Fútbol
- 12.Balonmano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS**

- 1.Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalación
- 2.Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones
- 3.La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

#### **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
- 6.¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?
- 7.¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- 8.Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
- 9.Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS**

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

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE**

- 1.Ética profesional
- 2.Claves para el éxito

## **PARTE 5. GESTIÓN DE EVENTOS DEPORTIVOS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ORGANIZACIÓN DE REUNIONES**

- 1.Introducción
- 2.Tipos de reuniones
- 3.Terminología usada en reuniones, juntas y asambleas
- 4.Preparación de reuniones
- 5.Etapas de una reunión

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ORGANIZACIÓN DE EVENTOS**

- 1.Tipos de eventos
- 2.Organización del evento
- 3.Condiciones técnicas y económicas requeridas al servicio contratado
- 4.Medios de cobro y pago

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. RELACIONES PÚBLICAS**

- 1.Definición y Concepto de Relaciones Públicas
- 2.Como montar una operación de Relaciones Públicas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISEÑO DE UN EVENTO DEPORTIVO**

1. Deporte y Protocolo
2. Esquema general de la organización y gestión de un evento deportivo
3. Estrategia de marketing
4. Elaboración de presupuestos
5. Creación del comité de dirección y coordinación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN DEPORTIVA**

1. Planificación estratégica
2. Fases de la planificación estratégica
3. Planificación deportiva
4. Tipos de planificaciones
5. Proceso planificador
6. La gestión deportiva
7. Punto de encuentro entre oferta y demanda
8. El proyecto deportivo
9. Dirección de proyectos deportivos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. LA INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA**

1. Dirección de Infraestructura deportiva
2. Subdirección de Infraestructura deportiva
3. Departamento de mantenimiento de infraestructura
4. Subdirección de planeación y proyectos
5. Departamento de seguimiento
6. Subdirección de administración y finanzas
7. Departamento de recursos materiales
8. Departamento de recursos financieros
9. Departamento de Recursos Humanos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL PATROCINIO DE LOS EVENTOS DEPORTIVOS**

1. Introducción
2. El patrocinio deportivo en España
3. Las posibilidades publicitarias de los eventos deportivos
4. La preparación de una oferta de patrocinio
5. Intereses y exigencias de los patrocinadores

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LOS BENEFICIOS DE LA ORGANIZACIÓN DE EVENTOS DEPORTIVOS**

1. Beneficios socioeconómicos fundamentales
2. Beneficios sociopolíticos
3. La repercusión de la imagen de las ciudades y los países y el impacto sobre el turismo de los grandes eventos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ANEXO. LEY ESTATAL DEL DEPORTE**

1. Principios generales
2. El consejo superior de deportes
3. Las asociaciones deportivas
4. De las competiciones
5. El comité olímpico y el comité paralímpico Españoles
6. El deporte de alto nivel
7. Investigación y enseñanzas deportivas
8. Control de las sustancias y métodos prohibidos en el deporte y seguridad en la práctica deportiva
9. Prevención de la violencia en los espectáculos deportivos
10. Instalaciones deportivas
11. La disciplina deportiva
12. Asamblea general del deporte
13. Conciliación extrajudicial en el deporte
14. Disposiciones adicionales
15. Disposiciones transitorias

16.Disposiciones finales

## **PARTE 6. CURSO PRÁCTICO DE PRIMEROS AUXILIOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. GENERALIDADES**

- 1.Concepto de socorrismo y primeros auxilios
- 2.Principios de actuación en primeros auxilios
- 3.Terminología clínica
- 4.Valoración del estado del accidentado: valoración primaria y secundaria
- 5.Contenido básico del botiquín de urgencias
- 6.Legislación en primeros auxilios
- 7.Conocer o identificar las lesiones
- 8.Recursos necesarios y disponibles
- 9.Fases de la intervención sanitaria en emergencia
- 10.Exploración de la víctima

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA BÁSICA**

- 1.Sistema óseo
- 2.Sistema digestivo
- 3.Sistema respiratorio
- 4.Sistema circulatorio
- 5.Sistema nervioso

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. SOPORTE VITAL BÁSICO**

- 1.Introducción al Soporte Vital Básico
- 2.Secuencia en la RCP básica
- 3.Valoración del nivel de conciencia
- 4.Valoración de la ventilación
- 5.Comprobar si existe pulso carotídeo
- 6.Maniobras de resucitación cardiopulmonar
- 7.Protocolo de soporte vital básico

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. VENDAJES**

- 1.Definición
- 2.Tipos de vendas
- 3.Tipos de vendajes

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. TRASLADO DE ACCIDENTADOS**

- 1.Introducción al traslado de accidentados
- 2.Métodos para levantar a una persona
- 3.Tipos de camilla
- 4.Prevenición

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTUACIONES EN PRIMEROS AUXILIOS**

- 1.Las obstrucciones de la vía aérea
- 2.Las pérdidas de conciencia
- 3.Las crisis convulsivas
- 4.Las crisis cardiacas
- 5.Las hemorragias
- 6.Las heridas
- 7.Las fracturas y luxaciones
- 8.Las quemaduras
- 9.Lesiones de ojo, nariz y oído
- 10.Accidente de tráfico
- 11.Lesiones por electrocución
- 12.Las intoxicaciones
- 13.La insolación y golpe de calor

**+ Información Gratis**

14. Hipotermia y congelación
15. Parto de urgencia
16. Lumbalgias de esfuerzo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PSICOLOGÍA APLICADA A LOS PRIMEROS AUXILIOS**

1. Valoración de la escena y reacción del accidentado
2. Principios de comunicación y habilidades sociales

## **PARTE 7. EXPERTO EN NUTRICIÓN EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MILOGÍA APLICADA**

1. Introducción a la Miología
2. Tipos de Tejido Muscular
3. Características del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
7. La contracción muscular

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. UTILIZACIÓN DE NUTRIENTES EN EL EJERCICIO**

1. Utilización de energía por el músculo
2. Utilización de los hidratos de carbono en el ejercicio
3. Utilización de la grasa en el ejercicio
4. Utilización de las proteínas en el ejercicio
5. Vitaminas y ejercicio
6. Minerales y ejercicio
7. Agua y ejercicio

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO**

1. Introducción a la fisiología del ejercicio
2. Ejercicio físico
3. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
4. La fatiga

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. HIDRATACIÓN Y DEPORTE**

1. Introducción
2. Formas de ingresar y eliminar agua del organismo
3. Funciones del agua en el organismo relacionadas con la actividad física
4. Reposición de líquidos y electrolitos
5. Reposición de líquidos, hidratos de carbono y electrolitos
6. Bebidas para deportistas
7. Efectos de la hipertermia y la deshidratación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. AYUDAS ERGOGÉNICAS Y DOPAJE**

1. Concepto
2. Ayudas ergogénicas de tipo lipídico y sustancias relacionadas
3. Ayudas ergogénicas de tipo proteico, aminoácidos y otras sustancias nitrogenadas
4. Vitaminas y minerales
5. Bicarbonato y otros tampones
6. Otras ayudas ergogénicas
7. Dopaje

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PAUTAS NUTRICIONALES EN EL DEPORTE**

1. Introducción
2. Gasto calórico
3. Hidratos de carbono

4. Grasas
5. Proteínas
6. Pautas nutricionales para el entrenamiento de hipertrofia:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ACTIVIDAD FÍSICA EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA**

1. Actividad física en la niñez
2. Actividad física en la adolescencia
3. Actividad física en la edad adulta
4. Actividad física en la tercera edad

## **PARTE 8. SALUD DEPORTIVA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO**

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

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS**

1. Miología
2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
  - 1.- Movimientos musculares
3. Características del tejido muscular
  - 1.- Regeneración del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
  - 1.- Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
  - 2.- Acción muscular sobre el esqueleto
5. Uniones musculares
6. Tono y fuerza muscular
  - 1.- Tono muscular

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. 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 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

1. Lesiones deportivas. Concepto
- 2.- Prevención de las lesiones deportivas
  - 1.- Tratamiento de las lesiones deportivas
3. Lesiones en extremidades inferiores

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

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE**

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

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES**

- 1.El masaje
  - 1.- Masaje de calentamiento
  - 2.- Masaje de intracompetición
  - 3.- Masaje de restauración o postcompetición
  - 4.- Masaje de entrenamiento o intersemana
  - 5.- Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- 2.Automasaje en el deportista
- 3.Masaje ruso
- 4.Reflexoterapia podal en el deportista
  - 1.- Beneficios de la reflexiología podal
  - 2.- Contraindicaciones de la reflexología podal
- 5.Drenaje linfático manual
  - 1.- Técnicas básicas en el drenaje linfático
- 6.Crioterapia, criomasaje y criocinética
  - 1.- Efectos fisiológicos
  - 2.- Indicaciones y contraindicaciones
  - 3.- Formas de aplicación
- 7.Criomasaje y Criocinética
  - 1.- Aplicación de criomasaje
  - 2.- Indicaciones del criomasaje
  - 3.- Contraindicaciones del criomasaje
  - 4.- Criocinética
- 8.Shiatsu. Masaje japonés

- 1.- Beneficios del tratamiento con shiatsu

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES**

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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA**

- 1.Anatomía y biomecánica de la rodilla
  - 1.- Exploraciones físicas en la rodilla
- 2.Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- 3.Lesiones en la rodilla
  - 1.- Reumatismos de partes blandas en la rodilla
  - 2.- Rehabilitación de lesiones de la rodilla
  - 3.- Osteopatía
- 4.Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- 5.Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

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

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS**

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

**+ Información Gratis**