



# PROGRAMA FORMATIVO

**Curso de Monitor de Yoga Infantil +  
Formador de Formadores (Doble Titulación +  
5 Créditos Universitarios + CARNÉ  
FEDERADO)**

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

Duración: 425 horas

Precio: 360 € \*

Modalidad: Online

\* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Titulación Expedida por  
EUROINNOVA BUSINESS  
SCHOOL y Avalada por la  
Escuela Superior de  
Cualificaciones Profesionales

### Descripción

El presente curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores adquiere su importancia, en el mundo de las actividades físicas y de bienestar, a través de la necesidad de conocer las diferentes técnicas y pautas a seguir por todo monitor de yoga infantil. Por ello, el objetivo principal de este curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores será el desarrollo de dichas técnicas y pautas, así como la descripción de las acciones a seguir para lograr el desarrollo de las diferentes técnicas de relajación en la etapa infantil. Además este curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores ha sido creado bajo esta idea y tiene como objetivo capacitar al personal docente para el desarrollo de distintas acciones formativas como planes oficiales de formación continua, formación oficial no reglada o formación profesional ocupacional. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

### A quién va dirigido

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

Este curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores está dirigido a los profesionales del mundo de las actividades físicas y de bienestar personal, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir los conocimientos relacionados con las actividades realizadas por un monitor de yoga infantil.

### Objetivos

- Conocer la anatomía y fisiología del cuerpo humano.
- Identificar los principales objetivos de las diferentes técnicas de relajación llevadas a cabo en la etapa infantil.
- Conocer la importancia del Yoga en la edad infantil, así como su importancia en el desarrollo.
- Saber estructurar una clase de yoga infantil.
- Adquirir las capacidades necesarias para desempeñar funciones de docentes en un centro de formación o academia privada.
- Adquirir las competencias pedagógicas y didácticas necesarias para el diseño, planificación, gestión e implantación de un Plan de Formación, tanto en el ámbito empresarial como en el de la formación oficial No Reglada.

### Para que te prepara

Con este curso de Monitor de Yoga Infantil el alumnado adquirirá una serie de conocimientos acerca del yoga, más concretamente en el área infantil, además de establecer las pautas necesarias para la planificación y ejecución de una clase o sesión de la misma. Además obtenga la TITULACIÓN DE FORMADOR DE FORMADORES, que le acredita para ser profesor de acciones formativas pertenecientes al plan FIP (Formación Profesional Ocupacional), así como de otros planes oficiales tales como la formación continua (FORCEM), Forintel, casas de oficios, escuelas taller, etc...

### Salidas laborales

Desarrolla su actividad profesional tanto por cuenta propia como integrado en empresas, públicas o privadas, dedicadas al desarrollo de actividades y fomento del bienestar y la salud.

# Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

## Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Yoga Infantil con 300 horas 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 en Yoga para Niños, 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. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

- Titulación Universitaria de Formador de Formadores 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



### 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. XXXXXXXX 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 dirección General

El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION  
Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan, Resolución 160E)

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

### 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 'Formador de Formadores'
- Manual teórico 'Monitor de Yoga Infantil'



## 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



## Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnos 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 alumnado cuenta con un periodo máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo del 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](http://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



## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

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 a nuestro Campus Virtual a través de: <https://campusrededuca.euoinnova.edu.es>

## Programa formativo

### PARTE 1. MONITOR DE YOGA INFANTIL

#### MÓDULO 1. ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO HUMANO

- - El aparato locomotor
- - Los huesos
  - - - Clasificación de los huesos
  - - - Estructura del esqueleto humano
  - - - Finalidad de los huesos
- - Los músculos
  - - - Clasificación de los músculos
  - - - Acción de cada músculo
  - - - Estructura muscular
  - - - Conexión de los músculos con el sistema nervioso
  - - - Finalidad de los músculos
- - Las articulaciones
  - - - Estructura de la articulación
  - - - Clases de articulaciones
  - - - Modelos de articulaciones

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

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

#### MÓDULO 2. INTRODUCCIÓN A LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN INFANTIL

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA RESPIRACIÓN

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - Concepto de respiración
- - Respiración consciente
- - - Beneficios de la respiración consciente
- - Ejercicios respiratorios
- - - Ejercicios de familiarización
- - - Ejercicios de toma de conciencia
- - Juegos de respiración

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. RELAJACIÓN INFANTIL

- - Ansiedad
- - Estrés
- - - Los niños y el estrés
- - Relajación
- - - Papel de la relajación en el ámbito educativo
- - Relajación con niños
- - - Método de relajación
- - - Posiciones de relajación
- - Relajación progresiva de Jacobson
- - Relajación pasiva

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA MEDITACIÓN Y EL CHIKUNG INFANTIL

- - La meditación
- - - Técnica para enseñar a meditar a los niños
- - - Efectos de las técnicas de meditación
- - ¿Qué es el Chikung?
- - - Beneficios del Chikung
- - La energía de nuestro cuerpo
- - Pautas para una sesión de ckikung infantil

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. RELAJACIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO

- - Concepto de calidad del movimiento
- - Musicoterapia
- - - La función auditiva en musicoterapia
- - - Beneficios de la musicoterapia

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - - Estrategias en musicoterapia
- - Danzaterapia
- - - Características básicas de la danzaterapia
- - - La técnica básica de la danzaterapia
- - El juego simbólico

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL MASAJE INFANTIL Y EL REIKI

- - ¿Qué es el masaje infantil?
- - - Origen del masaje infantil
- - Beneficios del masaje infantil
- - El poder del tacto: el masaje a niños más mayores
- - Introducción al Reiki
- - - ¿Qué es el reiki?

## MÓDULO 3. EL YOGA EN LA INFANCIA

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. ORÍGENES Y EVOLUCIÓN DEL YOGA

- - Orígenes e historia del yoga
- - - Civilización del Valle del Indo
- - - Período védico
- - - Período épico y puránico
- - - Período medieval
- - - Período Moderno contemporáneo
- - Escuelas filosóficas
- - - Vedanta
- - - Yoga
- - - Samkhya
- - - Mimansa
- - - Vaishesika
- - - Nyaya
- - Sendas del Yoga clásico
- - - Karma Yoga
- - - Raja Yoga
- - - Bhakti Yoga

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - - Jnana Yoga
- - Senderos del Yoga
- - - Dhyana Yoga
- - - Hatha Yoga
- - - Japa Yoga
- - - Kundalini Yoga
- - - Laya Yoga
- - - Mantra Yoga
- - - Tantra Yoga, entre otros
- - El Yoga en occidente
- - - Introducción, desarrollo y adaptaciones
- - - Interpretación occidental de las escuelas filosóficas de la India
- - UNIDA DIDÁCTICA 9. EL YOGA EN LA INFANCIA
- - Conceptos básicos
- - El yoga y los niños
- - - Objetivos del yoga en la infancia
- - Yoga para niños discapacitados
- - Las clases de yoga

### UNIDAD DIDÁCTICA 10. PROCEDIMIENTOS Y POSTURAS DEL YOGA INFANTIL

- - Procedimientos del Yoga
- - Las asanas del yoga infantil
- - Estructura de una sesión de yoga
- - - Saludo
- - - Relajación inicial
- - - Calentamiento
- - - Saludo al sol
- - - Fase de relajación
- - - Serie de asanas
- - - Meditación o círculo final

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. GESTIÓN DE ESPACIOS Y RECURSOS MATERIALES EN ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN DE YOGA

- - Características de los espacios específicos de Yoga

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - - Espacios alternativos y adaptados
- - Ámbitos de desarrollo de actividades de Yoga
- - Recursos materiales y de soporte en Yoga
- - - Material tradicional
- - - Colchonetas
- - - Mantas
- - - Cintas
- - - Bloques
- - - Cojines
- - - Equipo musical
- - - Otros materiales adaptados
- - Medidas generales de prevención de riesgos laborales en las instalaciones y no aplicable
- - - Accesibilidad a las instalaciones de Yoga

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

- - Introducción a los primeros auxilios
- - - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
- - - La respiración
- - - El pulso
- - Actuaciones en primeros auxilios
- - - Ahogamiento
- - - Las pérdidas de consciencia
- - - Las crisis cardíacas
- - - Hemorragias
- - - Las heridas
- - - Las fracturas y luxaciones
- - - Las quemaduras
- - Normas generales para la realización de vendajes
- - RCP básica
- - - RCP en niños y lactantes

### PARTE 2. FORMADOR DE FORMADORES

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA DE LA FORMACIÓN PROFESIONAL

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - Sistema Nacional de las Cualificaciones: Catálogo Nacional de Cualificaciones: formación modular, niveles de cualificación
- - Subsistema de Formación Profesional Reglada: Programas de Cualificación Profesional Inicial y Ciclos Formativos: características, destinatarios y duración
- - Subsistema de la Formación Profesional para el Empleo: características y destino
- - Formación de demanda y de oferta: Características
- - Programas Formativos: estructura del programa
- - Proyectos Formativos en la formación en alternancia con el empleo: estructura y características

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ELABORACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE UNA ACCIÓN FORMATIVA EN FORMACIÓN PARA EL EMPLEO

- - La formación por competencias
- - Características generales de la programación de acciones formativas
- - Los objetivos: definición, funciones, clasificación, formulación y normas de redacción
- - Los contenidos Formativos: conceptuales, procedimentales y actitudinales. Normas de redacción. Funciones. Relación con los objetivos y la modalidad de formación
- - Secuenciación. Actualización y aplicabilidad
- - Las actividades: tipología, estructura, criterios de redacción y relación con los contenidos. Dinámicas de trabajo en grupo
- - Metodología: Métodos y técnicas didácticas
- - Características metodológicas de las modalidades de impartición de los Certificados de Profesionalidad
- - Recursos pedagógicos. Relación de recursos, instalaciones, bibliografía, anexo de características y descripción
- - Criterios de Evaluación: tipos, momento, instrumentos, ponderaciones
- - Observaciones para la revisión, actualización y mejora de la programación

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ELABORACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN TEMPORALIZADA DE UNA ACCIÓN FORMATIVA

- - La temporalización diaria
- - Secuenciación de Contenidos y Concreción de Actividades
- - Elaboración de la Guía para las acciones formativas, para la modalidad de impartición de formación en línea

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISEÑO Y ELABORACIÓN DE MATERIAL DIDÁCTICO IMPRESO

- - Finalidad didáctica y criterios de selección de los materiales impresos
- - Características del diseño gráfico
- - Elementos de un guion didáctico



## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - Selección de materiales didácticos impresos en función de los objetivos a conseguir respetando la normativa sobre propiedad intelectual
- - Aplicación de medidas de prevención de riesgos laborales y protección medioambiental en el diseño y elaboración de material didáctico impreso

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN DE LA FORMACIÓN

- - ¿Por qué surgen las necesidades de formación?
- - Contenidos generales de un plan de formación
- - Recursos para la implantación de los planes de formación
- - Nuevos enfoques de la formación
- - Desarrollo continuo de la formación
- - Recursos materiales para la formación
- - Métodos, sistemas formativos y gestión de la planificación operativa

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. DISEÑO DE PROGRAMAS FORMATIVOS

- - Contextualizados
- - Diseño formativo y desempeño

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EVALUACIÓN DEL PLAN DE FORMACIÓN

- - El proceso de evaluación
- - Evaluación de los efectos

### UNIDAD DIDÁCTICA 8. EVALUACIÓN EN FORMACIÓN PARA EL EMPLEO APLICADA A DISTINTAS MODALIDADES DE IMPARTICIÓN

- - La evaluación del aprendizaje
- - La evaluación por competencias

### UNIDAD DIDÁCTICA 9. ANÁLISIS DEL PERFIL PROFESIONAL

- - El Perfil Profesional
- - El contexto sociolaboral
- - Itinerarios formativos y profesionales

### UNIDAD DIDÁCTICA 10. CALIDAD DE LAS ACCIONES FORMATIVAS. INNOVACIÓN Y ACTUALIZACIÓN DOCENTE

- - Procesos y mecanismos de evaluación de la calidad formativa
- - Realización de propuestas de los docentes para la mejora para la acción formativa
- - Centros de Referencia Nacional

## Curso de Monitor de Yoga Infantil + Formador de Formadores (Doble Titulación + 5 Créditos Universitarios + CARNÉ FEDERADO)

- - Perfeccionamiento y actualización técnico-pedagógica de los formadores: Plan de perfeccionamiento técnico
- - Centros Integrados de Formación Profesional
- - Programas Europeos e iniciativas comunitarias

### UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA FORMACIÓN E-LEARNING

- - El aprendizaje autónomo a través de un Campus Virtual
- - El/La Formador/a-Tutor/a E-learning
- - Las acciones tutoriales E-learning
- - Supervisión y seguimiento del aprendizaje individualizado
- - Recursos didácticos y soportes multimedia

### UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL PAPEL DEL TELEFORMADOR/A

- - Introducción
- - Funciones del formador