



PROGRAMA FORMATIVO

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Duración: 325 horas

Precio: 260 € *

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

Si tiene interés sobre el deporte y desea especializarse profesionalmente en el monitoraje de actividades acuáticas para embarazadas atendiendo al concepto de salud deportiva este es su momento, con el Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación + 5 Créditos ECTS) podrá adquirir las técnicas necesarios para realizar esta función de la mejor forma posible. Los profesionales médicos relacionados con la gestante citan las actividades acuáticas como una de las técnicas alternativas de preparación al parto y atención a la maternidad cuya utilización es cada vez más generalizada. Cada vez son más las mujeres embarazadas que acuden a la piscina para mantener activas durante los meses de su embarazo. El presente Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva dotará al alumno de los conocimientos necesarios para diferenciar y aplicar correctamente las herramientas requeridas en la enseñanza de las principales actividades acuáticas con mujeres embarazadas, aplicando las técnicas de salud deportiva oportunas para realizar esta labor de manera exitosa. 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

Este Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva está dirigido a todos aquellos profesionales del entorno del deporte y la salud que deseen seguir formándose en la materia o adquirir conocimientos nuevos sobre el concepto de salud deportiva y las técnicas de monitoraje de actividades acuáticas para embarazadas.

Objetivos

- Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva.
- Conocer y reconocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva.
- Verificar y clasificar los distintos tipos de vendaje en función de sus características.
- Reconocer la importancia de una buena alimentación en la práctica deportiva.
- Conocer las lesiones más frecuentes y los tratamientos de los mismos.
- Saber cuales son las funciones y características principales del animador de actividades acuáticas para embarazadas.
- Identificar los usuarios, clasificación y características, que conforman los programas de actividades acuáticas para embarazadas.
- Desarrollar un proceso de adaptación a la situación concreta de cada individuo.
- Descubrir los beneficios que lleva consigo la práctica segura de actividades acuáticas.
- Analizar a fondo el principio fundamental en salvamento acuático y primeros auxilios.

Para que te prepara

El presente Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva te prepara para adquirir los conocimientos necesarios sobre la salud deportiva haciendo especial hincapié en las actuaciones que se llevan a cabo conociendo las lesiones producidas por las prácticas deportivas. Además El presente Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva dotará al alumno de los conocimientos necesarios para diferenciar y aplicar correctamente las herramientas requeridas en la enseñanza de las principales actividades acuáticas con mujeres embarazadas, aplicando la didáctica más adecuada a las diferentes situaciones.

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Salidas laborales

Centros Educativos, Centros de Rehabilitación, Centros Culturales y/o de Ocio, Piscinas, Empresas dedicadas a las Actividades Deportivas Acuáticas y Polideportivos Municipales.

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

Titulación

Doble Titulación: - Titulación Profesional 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 Actividad Física para Personas Embarazadas, 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 en Salud Deportiva por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA con 5 Créditos Universitarios ECTS. Curso puntuable como méritos para oposiciones de acceso a la función pública docente en todas las CC. AA., según R.D. 276/2007 de 23 de febrero (BOE 2/3/2007). Éste se lleva a cabo dentro del plan de formación permanente del profesorado de la Universidad Antonio de Nebrija



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 104E)

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 'Actividades Acuáticas para Embarazadas'
- Manual teórico 'Salud Deportiva'



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



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 Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

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. ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

MODULO 1. LA MUJER EMBARAZADA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PROCESO DE GESTACIÓN

- - Introducción
- - Fecundación
- - El desarrollo del bebé antes de nacer
- - Cambios que se producen en la mujer

UNIDAD DIDÁCTICA 2. EJERCICIO FÍSICO DURANTE EL EMBARAZO

- - Introducción
- - Modificaciones anatómicas y fisiológicas producidas por la embarazo en relación ejercicio físico
 - - Efectos de la actividad física en el organismo gestante
- - Recomendaciones básicas a tener en cuenta en la elaboración de programas de actividad física para embarazadas.

MODULO 2. EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL MEDIO ACUÁTICO COMO ESPACIO DE ACCIÓN

- - Posibilidades motrices en el entorno acuático
- - Aportaciones del medio acuático a la gestación

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CONDICIONES HIGIÉNICO-SANITARIAS EN LAS INSTALACIONES DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS

- - Introducción
- - Riesgos sanitarios derivados del uso de las piscinas
- - Condiciones higiénicas de las instalaciones
- - Normas para los usuarios

MODULO 3. LOS PROGRAMAS DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MONITOR DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

- - La Figura del Monitor y su Importancia
- - Estilos de Enseñanza en las Actividades Acuáticas

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Orientaciones Didácticas Generales
- - Evaluación de actividades acuáticas
- - El perfil de la mujer embarazada como alumna

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTIVIDADES FÍSICAS ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

- - Introducción
- - Orientaciones Didácticas
- - Objetivos
- - Programa de Actividades Acuáticas para Mujeres Embarazadas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EJEMPLO DE PROGRAMA DE ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

- - Introducción
- - Objetivos
- - Contenidos
- - Metodología
- - Recursos Didácticos
- - Evaluación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. MATERIALES AUXILIARES Y DE APOYO EN ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

- - Introducción
- - Material de Apoyo
- - Material de Seguridad
- - Accesorios de natación

MODULO 4. SEGURIDAD Y PRIMEROS AUXILIOS EN ACTIVIDADES ACUÁTICAS PARA EMBARAZADAS

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

- - Introducción
- - Técnicas específicas de salvamento acuático
- - El salvamento acuático en piscinas

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

- - Introducción
- - Asistencia inicial a una persona accidentada.

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - La Posición lateral de seguridad
- - La Reanimación Cardiopulmonar
- - El Desfibrilador Externo Semiautomático (DESA)
- - Atragantamiento/obstrucción de la Vía Aérea
- - Quemaduras
- - Hemorragias
- - Heridas
- - Traumatismos
- - Lipotimia, Síncope y Shock
- - Insolación y Golpe de Calor
- - Ahogamiento o Asfixia por Inmersión

PARTE 2. SALUD DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS

- - Miología
- - Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
- - - Movimientos musculares

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Características del tejido muscular
- - - Regeneración del tejido muscular
- - El Músculo Esquelético
- - - Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función
- - - Acción muscular sobre el esqueleto
- - Uniones musculares
- - Tono y fuerza muscular
- - - Tono muscular

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

- - Fundamentación teórica
- - Gasto calórico
- - Nutrientes en el deporte
- - - Hidratos de carbono
- - - Grasas
- - - Proteínas
- - - Agua y electrolitos
- - - Micronutrientes

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- - Lesiones deportivas. Concepto
- - -Prevención de las lesiones deportivas
- - - Tratamiento de las lesiones deportivas
- - Lesiones en extremidades inferiores
- - - Lesiones en la pierna
- - - Lesiones en el pie
- - - Lesiones en el muslo
- - - Lesiones en la rodilla
- - Lesiones en extremidades superiores y tronco
- - - Lesiones en extremidad superior
- - - Lesiones en hombro
- - Lesiones en los niños
- - - Lesiones más frecuente en los niños/as

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
- - - Tratamiento ortopédico de las lesiones
- - - Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
- - - Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
- - - Hidrología médica y terapias naturales complementarias

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES

- - El masaje
- - - Masaje de calentamiento
- - - Masaje de intracompetición
- - - Masaje de restauración o postcompetición
- - - Masaje de entrenamiento o intersemana
- - - Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
- - Automasaje en el deportista
- - Masaje ruso
- - Reflexoterapia podal en el deportista
- - - Beneficios de la reflexiología podal
- - - Contraindicaciones de la reflexología podal

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Drenaje linfático manual
- - - Técnicas básicas en el drenaje linfático
- - Crioterapia, criomasaaje y criocinética
- - - Efectos fisiológicos
- - - Indicaciones y contraindicaciones
- - - Formas de aplicación
- - Criomasaaje y Criocinética
- - - Aplicación de criomasaaje
- - - Indicaciones del criomasaaje
- - - Contraindicaciones del criomasaaje
- - - Criocinética
- - Shiatsu. Masaje japonés
- - - Beneficios del tratamiento con shiatsu

UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES

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

UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA

- - Anatomía y biomecánica de la rodilla
- - - Exploraciones físicas en la rodilla

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)

- - Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- - Lesiones en la rodilla
- - - Reumatismos de partes blandas en la rodilla
- - - Rehabilitación de lesiones de la rodilla
- - - Osteopatía
- - Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- - Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

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

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS

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

Curso de Monitor de Actividades Acuáticas para Embarazadas + Salud Deportiva (Doble Titulación con 5 Créditos ECTS)