



Formación
Permanente del
Profesorado.
.es



UNIVERSIDAD
NEBRIJA



PROGRAMA FORMATIVO

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Más información en: www.reduca.net
(+34) 958 050 202



Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Duración: 410 horas

Precio: 260 € *

Modalidad: Online

* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



UNIVERSIDAD
NEBRIJA

Centro de Formación: Euroinnova Business School en colaboración con Universidad Antonio de Nebrija

SUMA HASTA 2 PUNTOS Y MEJORA TU NOTA FINAL EN EL BAREMO

Cursos que puntúan como méritos en el Baremo de las Oposiciones para el Cuerpo de Maestros, Profesores de Secundaria, FP y EOI



1 Curso de
110 horas



0,5 puntos
para el baremo



2 Puntos en
el baremo



0,60 puntos en
la nota final

Consulta la Convocatoria de tu Comunidad Autónoma

* Únicamente puntúan en las oposiciones docentes las titulaciones universitarias

Puntúa con tu curso como méritos en el Baremo de las Oposiciones para el Cuerpo de Maestros, Profesores de Secundaria, FP y EOI. Realizándolo podrás sumar hasta 2 puntos sobre el total de 10 en la fase de Concurso. La nota final depende, de un 60% de la nota obtenida en el examen y un 40% de la fase concurso. Con la realización de este curso puedes llegar a añadir 0,60 puntos a la nota global del concurso-oposición.

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Descripción

Obten con esta formación tu LICENCIA FEDERATIVA -FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF)- En el ámbito del deporte, es necesario tener unos conocimientos básicos sobre los beneficios y sobre los cuidados que debemos tener a la hora de realizar prácticas deportivas, ya sean de competición o simplemente recreativas. En este curso trataremos de abordar el Pádel, que sin lugar a dudas puede considerarse como el deporte que ha experimentado, en los últimos tiempos, un mayor crecimiento a lo largo de toda la geografía española. Debido a este gran aumento en su demanda, los monitores de Pádel empiezan a ser una figura indispensable. Su fácil accesibilidad, la inagotable diversión que proporciona y la elevada facilidad en su aprendizaje, han hecho que el pádel sea en la actualidad el deporte de moda. Gracias a la realización de este Curso de Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO) podrá adquirir los conocimientos esenciales para desempeñar esta función de la mejor manera posible.

A quién va dirigido

El Curso de Monitor de Pádel + Salud Deportiva está dirigido a todas aquellas personas que les guste el Pádel y quieran aprender las nociones técnicas básicas para el desarrollo de este deporte, así como a profesionales del mundo deportivo y al sanitario y, a todas las personas interesadas en adquirir conocimientos relacionados con la salud deportiva.

Salidas laborales

Salud Deportiva / Entrenador / Actividad física / Deportes / Monitor de Pádel.

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

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.
- Conocer la estructura y el funcionamiento del cuerpo humano ante el ejercicio físico.
- Adquirir los conocimientos necesarios para la preparación física y mental previos al juego de Pádel.
- Adquirir el aprendizaje de cada uno de los golpes más característicos del Pádel, así como su desarrollo táctico en la pista de juego.
- Saber planificar una clase de Pádel.
- Conocer el Reglamento oficial en el que se basa el juego del Pádel.

Para que te prepara

El presente Curso de Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO) 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. Este Monitor de Pádel + Salud Deportiva permite al alumno adquirir los conocimientos necesarios para la ejecución técnica correcta de cada uno de los golpes más característicos del Pádel, así como a desarrollar las competencias necesarias para aplicarlos en diferentes ámbitos profesionales. Obtendrá un buen conocimiento sobre la actividad, la ejecución correcta de las diferentes posiciones y movimientos, además de conocer las técnicas de trabajo y cómo llevarlas a cabo en una sesión práctica de Pádel.

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Monitor de Pádel expedida por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional además de la Certificación Profesional en el Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs).

- Titulación Universitaria en Salud Deportiva por la UNIVERSIDAD ANTONIO DE NEBRIJA con 4 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

Esta titulación la expide la prestigiosa Universidad Antonio de Nebrija, con ella se obtendrán 4 créditos ECTS(European Credit Transfer System).



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

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

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

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 'Salud Deportiva'
- Manual teórico 'Monitor de Pádel'

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.

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

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



Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE 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.euroinnova.edu.es>

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

Programa formativo

PARTE 1. MONITOR DE PÁDEL

MÓDULO 1. TEORÍA. MONITOR PÁDEL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO HUMANO

- - Huesos
- - Músculos
- - Articulaciones
- - Tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. REACCIÓN DEL CUERPO HUMANO ANTE EL EJERCICIO FÍSICO

- - Introducción
- - Utilización de sustratos metabólicos durante el ejercicio físico
- - Hidratos de carbono
- - Lípidos
- - Proteínas
- - Adaptaciones orgánicas en el ejercicio

UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN DEPORTIVA

- - Introducción
- - Nutrición y salud
- - Necesidad de nutrientes
- - Deshidratación
- - Las ayudas ergogénicas
- - Elaboración de dietas

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PREPARACIÓN FÍSICA Y MENTAL

- - Preparación física
- - Preparación mental

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL PÁDEL

- - ¿Qué es el Pádel?
- - El origen del Pádel
- - Elementos del Pádel

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

- - Tipos de golpes
- - Otros aspectos técnico-tácticos del Pádel

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PLANIFICACIÓN DE LAS CLASES DE PÁDEL

- - Introducción
- - Organización estructural de la sesión
- - ¿Cómo estructuramos la explicación técnica?
- - Secuenciación de enseñanza-aprendizaje de los golpes
- - Consideraciones al marco escolar
- - Aspectos a tener en cuenta con respecto a la metodología
- - Sugerencias de enseñanza

UNIDAD DIDÁCTICA 7. REGLAMENTO

- - Inicio del juego
- - El saque o servicio
- - El resto o devolución
- - La puntuación
- - Durante el juego

MÓDULO 2. MULTIMEDIA - MONITOR DE PADEL

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RECOMENDACIONES GENERALES

UNIDAD DIDÁCTICA 3. GOLPES BÁSICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANÁLISIS DE LOS GOLPES

- - Derecha
- - Revés
- - Pared de fondo de derecha
- - Pared de fondo de revés
- - Pared lateral de derecha
- - Pared lateral de revés
- - Doble pared de derecha
- - Doble pared de revés
- - La contrapared

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

- - El saque
- - Volea de revés
- - Volea de revés
- - Remate
- - Bandeja

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 cardíaco
- - - Movimientos musculares
- - 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

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

- - 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
- - 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

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

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
- - Drenaje linfático manual
- - - Técnicas básicas en el drenaje linfático
- - Crioterapia, criomasaje y criocinética
- - - Efectos fisiológicos
- - - Indicaciones y contraindicaciones

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

- - - Formas de aplicación
- - Criomasaje y Criocinética
- - - Aplicación de criomasaje
- - - Indicaciones del criomasaje
- - - Contraindicaciones del criomasaje
- - - 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
- - 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

Monitor de Pádel + Salud Deportiva (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS + CARNÉ DE FEDERADO)

- - 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