



Formación  
Permanente del  
Profesorado.  
.es



UNIVERSIDAD  
NEBRIJA



# PROGRAMA FORMATIVO

**Profesor de Fitness y Actividades en Grupo  
Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo  
(Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)**

Más información en: [www.reduca.net](http://www.reduca.net)  
( +34) 958 050 202



Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo  
(Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

Duración: 410 horas

Precio: 320 € \*

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.

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### *Descripción*

Uno de los fenómenos más valorados de todas las sociedades de nuestro tiempo es el deporte y la actividad física, y para ello, es muy importante tener como guía y docente a un entrenador deportivo o un profesor de fitness. En la actualidad es imprescindible facilitar la actividad física del deportista y proporcionarle una mayor motivación. Este curso ofrece una formación especializada para ejercer como profesor de fitness y/o entrenador deportivo.

### *A quién va dirigido*

Este curso está dirigido para todas aquellas personas que quieran orientar su futuro laboral hacia el sector deportivo, más concretamente como profesor de fitness y/o entrenador deportivo. Así como para todas aquellas personas que quieran ampliar sus conocimientos profesionales sobre este ámbito.

### *Salidas laborales*

Centros Deportivos, Gimnasios, etc.

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### Objetivos

- Analizar y reproducir con corrección la técnica de los pasos básicos y avanzados del Aeróbic y sus actividades afines demostrando capacidad de combinación creativa y deducción de todas sus variantes para su aplicación en la elaboración de coreografías.
- Analizar las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas y el tipo de hábitos y prácticas complementarias a la actividad física que tiene en una repercusión directa sobre la salud.
- Relacionar los fundamentos de los distintos sistemas de entrenamiento de mejora de las capacidades condicionales con la elaboración de los programas de Fitness colectivo con soporte musical.
- Elaborar la programación específica de una sala de Fitness colectivo con soporte musical.
- Elaborar programas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical adaptados a las distintas variantes de este tipo de actividades en función de las topologías y niveles de los usuarios más habituales.
- Establecer los procesos y periodicidad para la evaluación cualitativa y cuantitativa de los objetivos establecidos en los distintos programas de Acondicionamiento Físico en Grupo con Soporte Musical comprobando la calidad del servicio que ofrece.
- Dirigir actividades de Fitness colectivo con soporte musical aplicando las estrategias metodológicas más adecuadas.
- Evaluar Programas de Fitness colectivo con soporte musical, tanto en sus distintas etapas (ciclos) como en su completo desarrollo, en lo relativo a, la calidad del servicio y el grado de satisfacción de los usuarios/clientes por la evolución de su condición física y técnica.
- Identificar y aplicar en situaciones simuladas los planes de emergencia más habituales en instalaciones deportivas.
- 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.
- Comprender el proceso de aprendizaje psicomotor para poder alcanzar su desarrollo.
- Realizar la planificación de la sesión de entrenamiento para organizar el proceso de perfeccionamiento del deportista.
- 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.

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### *Para que te prepara*

El presente curso dotará al alumno de los conocimientos necesarios para ser Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música, obteniendo conocimientos sobre el dominio técnico, interpretación y ejecución de secuencias y composiciones coreográficas, aprendiendo sobre programación en fitness colectivo con soporte musical y sabiendo dirigir y dinamizar actividades de fitness colectivo. Además dotará al alumno de los conocimientos necesarios para desarrollar las funciones propias de un entrenador deportivo en el desarrollo de las fases del entrenamiento, teniendo en cuenta sus características físicas.

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música expedida por Euroinnova Business School y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales - Titulación Universitaria en Entrenador Deportivo 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

Transferencia Bancaria

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

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 'Entrenador Deportivo'
- Manual teórico 'Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música Vo
- Manual teórico 'Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música Vo

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### 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.



## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### 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)



## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### *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



## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 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.euroinnova.edu.es>

## Programa formativo

### PARTE 1. PROFESOR DE FITNESS Y ACTIVIDADES EN GRUPO DIRIGIDAS CON MÚSICA

#### MÓDULO 1. DOMINIO TÉCNICO, INTERPRETACIÓN Y EJECUCIÓN DE SECUENCIAS Y COMPOSICIONES COREOGRÁFICAS

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. TÉCNICA Y ALINEACIÓN SEGMENTARIA EN EL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

- - Apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas
- - Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos: Pautas para detectarlos
- - Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios
- - Contraindicaciones

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTRUCTURA RÍTMICA EN FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

- - Acentos o beats débiles y fuertes.
- - Frases y series musicales.
- - Adaptaciones del ritmo natural.
- - Lagunas rítmicas.
- - Velocidad ejecución - frecuencia (bits/minuto)

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. PASOS, GESTOS TÉCNICOS Y COMBINACIONES EN EL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL. EJECUCIÓN TÉCNICA

- - Gestos técnicos utilizados en el Aeróbic, el Step y las actividades derivadas de la danza: movimientos sin impacto, bajo impacto y alto impacto
- - Gestos técnicos utilizados en las clases de tonificación o intervalos: ejercicios utilizados para la tonificación de los grandes grupos musculares
- - Gestos técnicos utilizados para las actividades cardiovasculares con soporte material específico (bicicletas, elípticas, otros)
- - Gestos técnicos propios de actividades de propiocepción postural y dominio del movimiento derivados de las Gimnasias Suaves

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. COMBINACIONES COREOGRÁFICAS, ESTILOS Y MODALIDADES

- - Variaciones y combinaciones con los pasos y gestos técnicos básicos, propios del Fitness colectivo con soporte musical
- - Estilos y modalidades
- - Elementos coreográficos
- - Reproducción de secuencias y combinaciones coreográficas

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

### **MÓDULO 2. PROGRAMACIÓN EN FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA-ADAPTACIONES FUNCIONALES P LA SALUD (FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO)**

- - Concepto de Fitness
- - Concepto de wellness, evolución del Fitness al wellness
- - Adaptación funcional -respuesta saludable a la actividad física:
- - Metabolismo energético
- - Adaptación cardio-vascular
- - Adaptación del sistema respiratorio
- - Hipertrofia - Hiperplasia
- - Distensibilidad muscular: Límites-incremento adaptativo
- - Adaptación del sistema nervioso y endocrino
- - Fatiga y recuperación
- - Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividad física
- - Higiene corporal y postural

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. FACTORES DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ**

- - Condición Física - Capacidades Físicas
- - Capacidades Físicas y Rendimiento Atlético (concepto tradicional)
- - Condición Física en Fitness - Componentes
- - Capacidades coordinativas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN FITNESS**

- - Principios generales del desarrollo de las capacidades condicionales:
- - Fitness colectivo con soporte musical como sistema de acondicionamiento físico:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE FITN COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL**

- - Fundamentos - marco teórico
- - Elementos de la programación
- - Teoría y práctica de las técnicas de programación en el ámbito del Fitness colectiv soporte musical

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE ENTRENAMIENTO EN FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL**

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

- - Elaboración - progresión secuencial de cada tipo de actividad
- - Programas cardiovasculares con aparatos y/o máquinas auxiliares para la mejora cardiovascular
- - Programas cardiovasculares con actividades derivadas del Aeróbic o la danza
- - Programas de tonificación o de intervalos
- - Programas de propiocepción postural y dominio del movimiento, basadas en las gimnasias suaves
- - La sesión de entrenamiento
- - Progresión coreográfica en la sesión de entrenamiento

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. RECURSOS INFORMÁTICOS APLICADOS AL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

- - Software específico de entrenamiento y elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física aplicados al Fitness colectivo con soporte musical
- - Ofimática adaptada
- -

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. EVALUACIÓN APLICADA AL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

- - Fundamentos - marco teórico
- - Ajustes necesarios del programa
- - Elementos e instrumentos para la evaluación
- - Desarrollo de plantillas, test, pruebas y cuestionarios de registro de datos
- - Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de Programas de Fitness colectivo con soporte musical

## MÓDULO 3. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES, APARATOS Y ELEMENTOS PROPIOS DEL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL. MANTENIMIENTO PREVENTIVO Y OPERATIVO

- - Características de las salas de Fitness colectivo con soporte musical
- - Medias de seguridad básicas para el uso sin riesgos de los espacios estructurales material auxiliar
- - Accesibilidad a los espacios y materiales de personas con alguna limitación de autonomía personal
- - Inventario actualizado de materiales auxiliares
- - Calendario de mantenimiento de las estructuras y materiales auxiliares
- - Peso libre: barras, discos y mancuernas

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

- - Gomas elásticas, Step, colchonetas y otros
- - Bicicletas indoor, elípticas y otros
- - Proceso de mantenimiento preventivo, operativo y correctivo

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOMECÁNICA APLICADA A LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS**

- - Principios básicos de la biomecánica del movimiento
- - Componentes de la Biomecánica
- - Los reflejos miotáticos-propioceptivos
- - Análisis de los movimientos
- - Biomecánica básica de los ejercicios con cargas externas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FUNDAMENTOS DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA APLICADOS AL OCIO Y A LAS ACTIVIDADES DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO**

- - Desarrollo evolutivo
- - Sociología del ocio, y la actividad físico deportiva

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DE INSTRUCCIÓN EN EL FITNESS COLECTIVO CON SOPORTE MUSICAL**

- - Proceso de instrucción-enseñanza en las actividades rítmicas
- - Estrategias de motivación hacia la ejecución
- - Técnicas de enseñanza
- - Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores de ejecución
- - Metodología específica de aprendizaje de secuencias-composiciones coreográfica
- - Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en Fitness colectivo con soporte musical

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. MEDIDAS COMPLEMENTARIAS AL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

- - Ayudas psicológicas
- - Ayudas ergogénicas: complementos dietéticos
- - Ayudas fisiológicas
- - Composición corporal, balance energético y control de peso
- - Técnicas recuperadoras

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. COLECTIVOS CON NECESIDADES ESPECIALES EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS**

- - Discapacidad

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

- - Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional
- - Organización y adaptación de recursos

### UNIDAD DIDÁCTICA 7. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL FITNESS

- - Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral en instalaciones deportivas

### PARTE 2. ENTRENADOR DEPORTIVO

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

- - Conceptos generales
- - Logro y mantenimiento de la salud

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

- - Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
- - El sistema muscular
- - Articulaciones y movimiento
- - Los tendones

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

- - Fisiología muscular y sistemas energéticos
- - Fisiología cardio-circulatoria
- - Fisiología respiratoria
- - El sistema nervioso

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

- - Resistencia
- - Fuerza
- - Velocidad
- - Flexibilidad

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

- - El esquema corporal
- - El proceso de lateralización
- - Coordinación
- - Equilibrio



## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

- - Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
- - Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

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

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

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

- - Programación del proceso de entrenamiento
- - Planificación del entrenamiento
- - Sesión de entrenamiento
- - Características de un buen entrenador

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

- - Deportes individuales
- - Deportes colectivos
- - Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte
- - Tipos de juegos
- - El juego como método de enseñanza
- - Iniciación deportiva
- - Tipos de juegos para la iniciación deportiva
- - Juegos de iniciación para deportes de equipo

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

- - Atletismo
- - Natación
- - Bádminton
- - Judo
- - Tenis
- - Gimnasia rítmica

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

- - Gimnasia artística
- - Aeróbic
- - Voleibol
- - Baloncesto
- - Fútbol
- - Balonmano

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

- - Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalac
- - Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones
- - La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

- - Introducción a las lesiones deportivas
- - Definición
- - La prevención
- - Tratamiento
- - Lesiones deportivas frecuentes
- - ¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?
- - ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- - Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
- - Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

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

- - Introducción a los primeros auxilios
- - Ahogamientos
- - Pérdida de conciencia
- - Crisis cardíacas
- - Crisis convulsivas
- - Hemorragias
- - Heridas
- - Las fracturas y luxaciones

## Profesor de Fitness y Actividades en Grupo Dirigidas con Música + Entrenador Deportivo (Doble Titulación + 4 Créditos ECTS)

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

- - Ética profesional
- - Claves para el éxito