

Curso Profesional

Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial



Curso Profesional

Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/criterios-generales-diseno-programas-ejercicio-fisico-poblacion-especial

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 16

07

Metodología

pág. 18

08

Titulación

pág. 22

01

Presentación

La preocupación por el bienestar físico de personas con patologías crónicas ha crecido considerablemente. Ello se debe a una mayor concienciación sobre la importancia de la actividad deportiva independientemente de la condición médica. No obstante, es imperativo que estos usuarios desarrollen prácticas deportivas con guías específicas que se adapten a sus necesidades. Por eso, TECH te ofrece una exhaustiva titulación donde analizarás los criterios y estrategias más innovadores en el diseño de ejercicios para poblaciones especiales. El programa sustenta el aprendizaje de estos temas en un formato de estudios 100% online y en la metodología *Relearning*. A partir de ambos, contarás con una experiencia académica única, sin horarios preestablecidos y enfocada a que adquieras competencias profesionales de modo rápido y flexible.

“

En este programa de TECH examinarás todas las variables que intervienen en la programación de entrenamientos para usuarios con algún tipo de discapacidad motora”





El campo de las actividades físicas y del cuidado personal se renueva constantemente y, por eso, cada día se amplían los criterios sobre sus aplicaciones. Según los estándares más recientes, el ejercicio es beneficioso para cualquiera, sin importar sus limitaciones. Al contrario, es importante el impulso de las poblaciones especiales a desarrollar un estilo de vida saludable. Asimismo, los profesionales del sector deben estar capacitados para orientar y facilitar estas prácticas.

Ante ese contexto, TECH facilita el estudio de este programa, integrado por docentes de gran prestigio. A través del análisis de sus temas podrás ahondar en los principios generales del entrenamiento y sus aplicaciones en el ámbito de la salud. Igualmente, examinarás las estrategias básicas para trazar la planificación del ejercicio con precisión y de manera individualizada según las características de cada usuario.

Además, este Curso Profesional potenciará tu aprendizaje a través del abordaje de situaciones reales y su sistema didáctico 100% online. Al finalizar la titulación estarás preparado para asumir mayores responsabilidades, haciendo uso de competencias de excelencias que asimilarás por medio del *Relearning*.

“*Gracias a esta titulación podrás identificarás los momentos precisos para aplicar entrenamientos de fuerza o resistencia en usuarios de poblaciones especiales interesados en desarrollar actividades físicas*”

02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.



TECH te permite el acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

El estudio de este programa aportará a tu desempeño profesional múltiples ventajas. En primer lugar, dispondrás de un temario actualizado con los criterios más innovadores sobre la práctica de actividades físicas entre usuarios de poblaciones especiales. Al mismo tiempo, contarás con el sello de TECH, una de las instituciones más prestigiosas del panorama académico online. A partir de estos beneficios, conseguirás ampliar tus horizontes laborales de inmediato y acceder a oportunidades prestigiosas de trabajo.

“

Integrar el ejercicio físico a la vida de las personas con algún tipo de patologías es fundamental para su mejoría. Los avances científicos así lo demuestran y tú puedes ser parte de ese cambio”



Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ♦ Entrenador Auxiliar especializado en Poblaciones Especiales
- ♦ Monitor Asistente de Gimnasios
- ♦ Ayudante de Rehabilitación de Personas con Limitaciones Motoras
- ♦ Asistente Deportivo de Personas con Limitaciones Cognitivas
- ♦ Comercial de Equipamiento Deportivo para Poblaciones Especiales



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar el Curso Profesional?

Al completar este programa, dispondrás de las competencias para asesorar y supervisar de manera personalizada a personas con diversas patologías. Así, contribuirás a mejorar su calidad de vida y a integrar en su cotidianidad ejercicios y otras actividades deportivas que les ayuden a mantenerse saludables.

01

Identificar las diferentes variables del entrenamiento y su aplicación en personas con patologías

02

Aplicar las variables más importantes del entrenamiento para saber aplicarlos de una manera individualizada

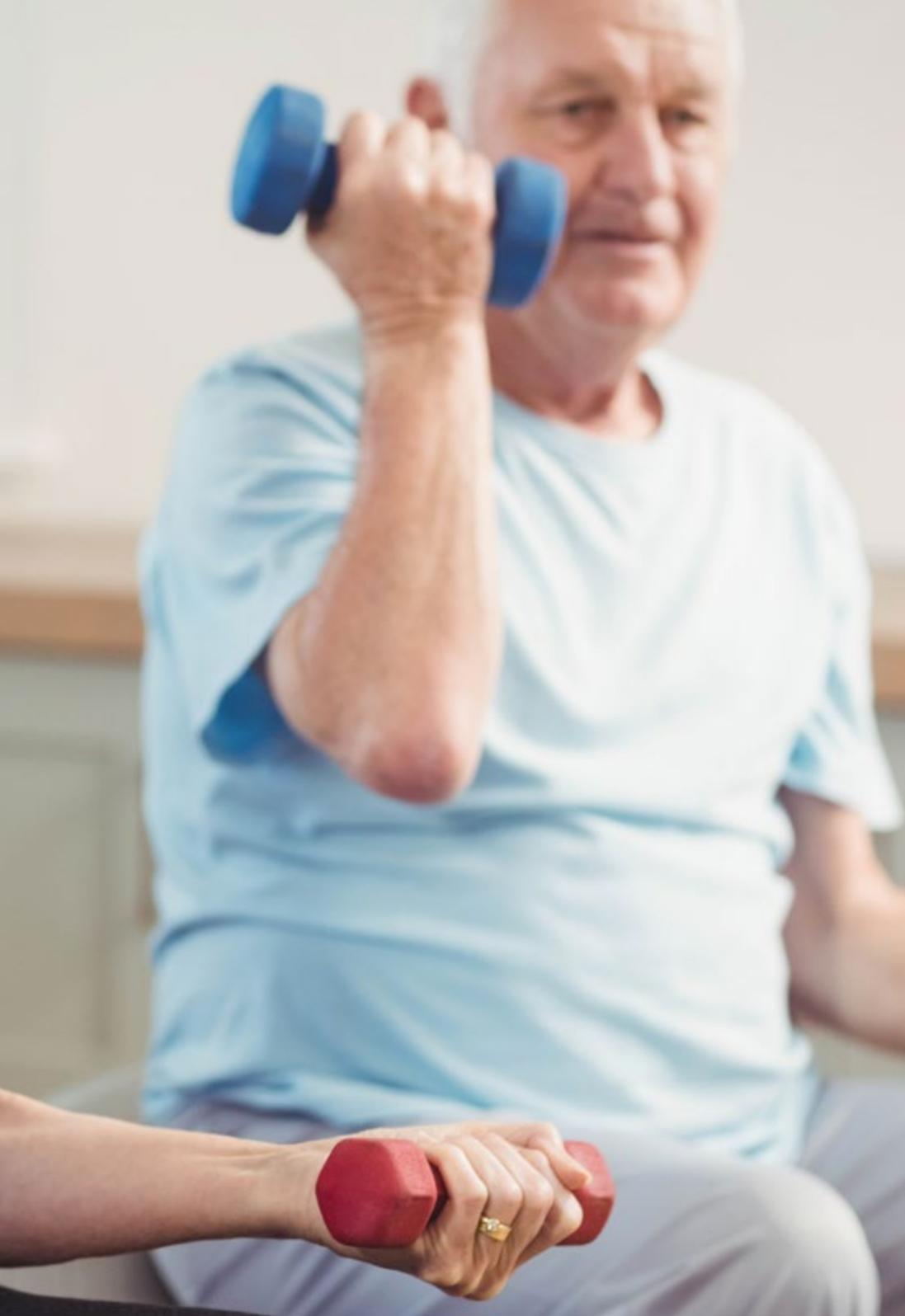
03

Manejar los criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en personas con patología

04

Desarrollar la planificación de entrenamiento ajustado a las necesidades del usuario





05

Definir y diferenciar la patología de cada usuario y sus características más relevantes

06

Prevenir la aparición de comorbilidades o síntomas de la propia enfermedad del usuario a través del seguimiento personalizado de su entrenamiento

07

Implementar un registro detallado del cumplimiento de la programación de la actividad física en usuarios de poblaciones especiales

08

Supervisar y readaptar la carga de entrenamiento de los usuarios según su respuesta a los primeros ejercicios programados

05

Dirección del curso

TECH ha seleccionado a los mejores docentes y profesionales, destacados por su trayectoria y conocimientos, para dictar esta titulación. Especialistas en activo y con décadas de experiencia se concentran en un solo programa. Ellos han impartido el contenido más profesionalizante sobre el diseño de programas de ejercicio físico orientado a la población con condiciones patológicas especiales. Sus capacidades y habilidades te serán transmitidas, para formarte un bagaje adecuado al terreno práctico laboral.

“

Expertos en ciencias del deporte y la salud te acompañarán compartiendo sus experiencias y conocimientos, lo que brinda un sello de calidad a la titulación y ampliará tu bagaje profesional”





Dirección del curso

D. Rubina, Dardo

- ◆ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ CEO de Test and Training
- ◆ Preparador Físico Escuela Deportiva Moratalaz
- ◆ Docente Educación Física en el Fútbol y Anatomía. CENAFE Escuelas Carlet
- ◆ Coordinador de la Preparación física en Hockey Hierba. Club Gimnasia y Esgrima de Buenos Aires
- ◆ Doctorado en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados (DEA) Universidad de Castilla la Mancha
- ◆ Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- ◆ Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- ◆ Técnico de Fisicoculturismo de Competición. Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- ◆ Experto en Scouting Deportivo y cuantificación de la carga de Entrenamiento (especialización Fútbol), Ciencias del deporte. Universidad de Melilla
- ◆ Experto en Musculación Avanzada por IFBB
- ◆ Experto en Nutrición Avanzada por IFBB
- ◆ Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica de la Aptitud Física por Bio
- ◆ Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico. Arizona State University

Cuadro docente

D. Renda, Juan Manuel

- ♦ Especialista en Preparación Física
- ♦ Profesor de Educación Física
- ♦ Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional Gral. San Martín
- ♦ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría por el Instituto Universitario H.A Barceló
- ♦ Maestría en Educación Física por la Universidad Nacional de Lomas de Zamora

D. Vallodoro, Eric

- ♦ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Coordinador del Laboratorio de Biomecánica y Fisiología del Ejercicio del Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Profesor titular en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas Licenciado en Alto Rendimiento Deportivo en la Universidad Nacional de Lomas de Zamora
- ♦ Profesor titular en las cátedras de: "Didáctica de las Nivel Secundario", "Didáctica del Entrenamiento Deportivo" y "Práctica docente" en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Graduado en Profesor en Educación Física en el Instituto Superior Modelo Lomas
- ♦ Maestría en Actividad Física y Deporte. Universidad Nacional de Avellaneda. Predictamen
- ♦ Maestría en Formación y Desarrollo Infanto Juvenil. 1º promoción. Universidad Nacional de Lomas de Zamora - Tesis

Dña. Avila, María Belén

- ♦ Psicóloga y nutricionista con consultorio privado
- ♦ Servicio de Nutrición y Diabetes en diferentes centros
- ♦ Nutricionista en la Federación Argentina de Diabetes
- ♦ Miembro del Comité Científico Psicología del Hospital de Clínicas José de San Martín
- ♦ Nutricionista en el Comité Científico Adulto Mayor Sociedad Argentina de Diabetes
- ♦ Psicóloga Deportiva del Club Atlético Vélez Sarsfield
- ♦ Profesora Nacional de Educación Física
- ♦ Licenciada en Psicología
- ♦ Licenciada en Alto Rendimiento Deportivo
- ♦ Especialización en Psicología del Deporte
- ♦ Programa Terapéutico Integral para el tratamiento del sobrepeso y obesidad por CINME Centro de Investigaciones Metabólicas
- ♦ Educadora Certificada en Diabetes

D. Masabeu, Emilio José

- ♦ Especialista en Neuromotricidad
- ♦ Docente Nacional De Educación Física
- ♦ Docente de la Universidad José C Paz
- ♦ Docente de la Universidad Nacional de Villa María
- ♦ Docente de la Universidad de Lomas de Zamor
- ♦ Grado Kinesiólogo por la Universidad de Buenos Aires



D. Crespo, Guillermo Javier

- ◆ Coordinador de gimnasio Club Body (Buenos Aires)
- ◆ Entrenador asistente en el programa de detección y desarrollo de juveniles en levantamiento de pesas de la Asociación Calabresa, Gimnasio San Carlos, dependientes de los Centros de Enseñanza Federados de Federación Argentina de Pesas
- ◆ Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa
- ◆ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina
- ◆ Coordinador del gimnasio y centro de entrenamiento Asociación Calabresa, Buenos Aires
- ◆ Entrenador Nacional de Levantamiento Olímpico de Pesas y Musculación deportiva en el Instituto Argentino del Deporte, Buenos Aires, Argentina
- ◆ Licenciado en Nutrición por el Instituto Universitario de Ciencias de la Salud H. A. Barceló
- ◆ Entrenador certificado del sistema y herramientas TrainingGym Manager

D. Supital, Raúl Alejandro

- ◆ Fisiatra especializado en Actividad Física, Salud y Biomecánica
- ◆ Director del Centro Integral de Prevención y Rehabilitación CIPRES
- ◆ Asesor de la Red Global de Educación Física y Deporte con sede en Barcelona
- ◆ Jefe del Departamento de Ciencias Biológicas del ISEF 1 Romero Brest
- ◆ Licenciado en Kinesiología y Fisiatría en la Universidad de Buenos Aires

06

Plan de formación

El temario de este programa está diseñado para que realices tus estudios de manera 100% online, a través de la plataforma didáctica más moderna. Además, la metodología vanguardista de TECH, *Relearning*, te permitirá aprender los conceptos de forma ágil en 6 semanas. Así, ahondarás en todo los Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial y dispondrás de múltiples oportunidades de desarrollo laboral.

“

Dispondrás del temario más completo y de la metodología Relearning, un innovador y efectivo método de aprendizaje”



Módulo 1. Criterios generales para el diseño de programas de ejercicio físico en población especial

- 1.1. Diseño de programas de ejercicio en población especial
 - 1.1.1. Competencias y protocolos: del diagnóstico a la intervención
 - 1.1.2. La multi e interdisciplinaridad como base del proceso de intervención mediante ejercicio físico en población especial
- 1.2. Principios generales del entrenamiento y su aplicación al ámbito de la salud
 - 1.2.1. Principios de adaptación (iniciación y desarrollo)
 - 1.2.2. Principios de garantías de adaptación
 - 1.2.3. Principios de especificidad de adaptación
- 1.3. La planificación del entrenamiento en población especial
 - 1.3.1. Fase de planificación I
 - 1.3.2. Fase de planificación II
 - 1.3.3. Fase de planificación III
- 1.4. Objetivos del entrenamiento en programas de acondicionamiento físico para la salud
 - 1.4.1. El entrenamiento de la Fuerza
 - 1.4.2. El entrenamiento de la Resistencia
 - 1.4.3. El entrenamiento de la Flexibilidad/ADM
- 1.5. La evaluación aplicada
 - 1.5.1. La evaluación diagnóstica y como herramienta para el control de carga de entrenamiento
 - 1.5.2. Evaluaciones morfológicas y funcionales
 - 1.5.3. El protocolo y su importancia. Registro de datos
 - 1.5.4. Procesamiento de los datos obtenidos, conclusiones y aplicación práctica al entrenamiento
- 1.6. La programación del entrenamiento en población especial: variables de intervención (I)
 - 1.6.1. Definición del concepto de carga de entrenamiento
 - 1.6.2. La frecuencia de entrenamiento
 - 1.6.3. El volumen de entrenamiento
- 1.7. La programación del entrenamiento en población especial: variables de intervención (II)
 - 1.7.1. La intensidad objetiva de entrenamiento
 - 1.7.2. La intensidad subjetiva de entrenamiento
 - 1.7.3. La recuperación y densidad del entrenamiento
- 1.8. La prescripción del entrenamiento en población especial: variables de intervención (I)
 - 1.8.1. La selección de ejercicios de entrenamiento
 - 1.8.2. El ordenamiento de ejercicios de entrenamiento
 - 1.8.3. Los sistemas de entrenamiento
- 1.9. La prescripción del entrenamiento en población especial: variables de intervención (II)
 - 1.9.1. Métodos de entrenamiento de la Fuerza
 - 1.9.2. Métodos de entrenamiento de la Resistencia
 - 1.9.3. Métodos de entrenamiento concurrente en el ámbito de la salud
 - 1.9.4. Método de entrenamiento HIIT en el ámbito de la salud
 - 1.9.5. Métodos de entrenamiento de la Flexibilidad/ADM
 - 1.9.6. Control de carga interna y externa del entrenamiento
- 1.10. El diseño de sesiones de entrenamiento
 - 1.10.1. Fase de preparación al entrenamiento
 - 1.10.2. Fase principal del entrenamiento
 - 1.10.3. Fase de recuperación del entrenamiento
 - 1.10.4. Conclusiones finales y cierre del módulo



Agrega un plus significativo a tu currículum con este programa que facilitará la obtención de ideales oportunidades laborales. Estudia 100% online y titúlate en pocas semanas”

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área* ”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



08

Titulación

El Curso Profesional en Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Curso Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Curso Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en el Curso Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Curso Profesional en Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**





Curso Profesional
Criterios Generales para
el Diseño de Programas
de Ejercicio Físico en
Población Especial

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional

Criterios Generales para el Diseño de Programas de Ejercicio Físico en Población Especial