

Curso Profesional

Ejercicio para la Recuperación Funcional



tech formación profesional



Curso Profesional Ejercicio para la Recuperación Funcional

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/ejercicio-recuperacion-funcional

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. 20

07

Metodología

pág. 22

08

Titulación

pág. 26

01

Presentación

El ejercicio para la recuperación funcional se basa en el concepto de rehabilitación activa, es decir, volver al estado normal del cuerpo mediante ejercicios. Por ejemplo, el fortalecimiento de los grupos musculares o el core y la aplicación de técnicas innovadoras como Pilates. Este programa educativo se ha diseñado para que puedas capacitarte como un entrenador especializado en esta materia. Serás capaz de llevar a tus clientes a una mejora de la movilidad, fuerza, resistencia, coordinación y las habilidades motoras. Todo el contenido se encuentra condensado en esta titulación 100% online, que logrará que compagines tus estudios con otros proyectos profesionales y personales.

“

¿Has pensado en especializarte como monitor de entrenamiento funcional? Esta es la capacitación más práctica y cómoda del mercado para ello”





Con este Curso Profesional tendrás un perfil más completo como entrenador personal, además de especializar tu trayectoria y abrirte a nuevas posibilidades laborales. El plan educativo hace un recorrido a través de los aspectos en los que se asientan este tipo de actividades. El primer apartado en el que trabajarás será en la conceptualización fundamental del trabajo físico activo y la rehabilitación avanzada.

En otra instancia, seguirás profundizando en la ciencia y principios de Pilates aplicados a la regeneración, así como en la metodología y apartados necesarios para una práctica efectiva. Del mismo modo, ahondarás en estudios sobre la columna cervical, torácica y lumbar, en la alineación del hombro y la cadera, rodilla, pies y tobillo.

Un programa 100% online que te ofrece todas las garantías para convertirte en un especialista en este ámbito. Contarás con todo el contenido disponible en la plataforma virtual para su descarga y consulta incluso sin conexión a internet. Además, contarás con la guía de un excelente cuadro docente conformado por auténticos expertos del sector deportivo.

“*Este Curso Profesional te dará las claves en técnicas de pilates, así como en entrenamiento y rehabilitación avanzada, para que te conviertas en un auténtico experto en recuperaciones funcionales*”

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

A través de este Curso Profesional en Ejercicio para la Recuperación Funcional, desarrollado por TECH, ampliarás tus oportunidades laborales. Lo anterior, ejerciendo tu trabajo como entrenador personal especializado en técnicas de rehabilitación avanzada, pilates y actividad física activa. También afianzarás tu relación con los clientes y podrás ofrecer unos servicios más técnicos.

“

¿Quieres ampliar tu carta de servicios y ofrecer más variedad en tus tipos de entrenamiento? Especialízate, a través de esta capacitación, en entrenamiento funcional”





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

- ♦ Entrenador de acondicionamiento físico en las salas de entrenamiento polivalente de gimnasios o polideportivos y en instalaciones acuáticas
- ♦ Entrenador de acondicionamiento físico para grupos
- ♦ Entrenador personal
- ♦ Instructor de grupos de hidrocinesia y cuidado corporal
- ♦ Promotor de actividades de acondicionamiento físico
- ♦ Coordinador de actividades de acondicionamiento físico y de hidrocinesia
- ♦ Instructor de actividades de acondicionamiento físico para colectivos especiales



04

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

Al completar este Curso Profesional podrás llevar a cabo diversas actividades relacionadas con la recuperación funcional, rehabilitación avanzada y adaptación de técnicas para conseguir el adecuado mantenimiento del estado de salud de tus clientes. Asimismo, podrás desarrollar habilidades y destrezas comunicativas para afianzar la relación con los deportistas a los que entrenes.

01

Conocer las diferentes posibilidades que ofrece el entrenamiento funcional y la rehabilitación avanzada

02

Aplicar el método pilates como sistema integral para la rehabilitación del aparato locomotor en la recuperación funcional

03

Planificar ejercicios y programas específicos de pilates para las diferentes zonas del aparato locomotor con y sin aparatos

04

Valorar al deportista desde el punto de vista de condición física, funcional y biomecánico para detectar aspectos que dificulten la recuperación o favorezcan reincidencias en la lesión





05

Diseñar tanto trabajo específico de readaptación y recuperación como integral individualizada

06

Adquirir una especialización en las patologías del aparato locomotor con mayor incidencia en el conjunto de la población

07

Evaluar y controlar el proceso evolutivo de la recuperación y/o rehabilitación de una lesión de un deportista o usuario

08

Mejorar la condición física del deportista lesionado como parte del trabajo integral con el objetivo de conseguir una mayor y eficaz recuperación tras la lesión

05

Dirección del curso

El cuadro docente de este Curso Profesional está conformado por profesionales en la materia. Ellos han dedicado gran parte de su trayectoria profesional a la investigación y educación en el ámbito académico de las actividades físicas y deportivas. Son expertos que te guiarán en el transcurso de esta capacitación y lograrán transferirte no sólo nociones teórico-prácticas, sino además su propia experiencia personal.





“

Capacítate con los mejores expertos en recuperación funcional y convierte en un profesional destacado en el sector deportivo”

Director Invitado Internacional

El Doctor Charles Loftis es un reconocido especialista que se desempeña como terapeuta de rendimiento deportivo para los Portland Trail Blazers en la NBA. Su impacto en la liga de baloncesto más importante del mundo ha sido significativo, aportando una experiencia distinguida en la creación de programas de fuerza y acondicionamiento.

Antes de unirse a los Trail Blazers, fue el entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves, implementando y supervisando el desarrollo de un programa integral para los jugadores. De hecho, su experiencia en el campo del rendimiento deportivo comenzó con el establecimiento de XCEL Performance and Fitness, del que fue fundador y entrenador jefe. Allí, el Doctor Charles Loftis trabajó con una amplia gama de atletas para desarrollar programas de fuerza y acondicionamiento, además de trabajar la prevención y readaptación de lesiones deportivas.

Su trayectoria académica en el campo de la química y biología le proporciona una perspectiva única sobre la ciencia detrás del rendimiento deportivo y la terapia física. Así, posee designaciones CSCS y RSCC de la Asociación Nacional de Fuerza y Acondicionamiento (NSCA), que reconocen sus conocimientos y habilidades en el campo. También está certificado en PES (Especialista en Mejoramiento de Rendimiento), CES (Especialista en Ejercicios Correctivos) y punción seca.

Con todo ello, el Doctor Charles Loftis es un miembro vital de la comunidad de la NBA, trabajando directamente tanto la fuerza y rendimiento de deportistas de élite como la necesaria prevención y readaptación frente a lesiones deportivas de diversa índole.



Dr. Loftis, Charles

- Entrenador jefe de fuerza y acondicionamiento de los Iowa Wolves
- Fundador y entrenador jefe en XCEL Performance and Fitness
- Entrenador jefe de rendimiento en el equipo masculino de baloncesto de la Universidad Cristiana de Oklahoma
- Terapeuta físico en Mercy
- Doctor en Terapia Física por la Universidad de Langston
- Licenciado en Química y Biología por la Universidad de Langston

“

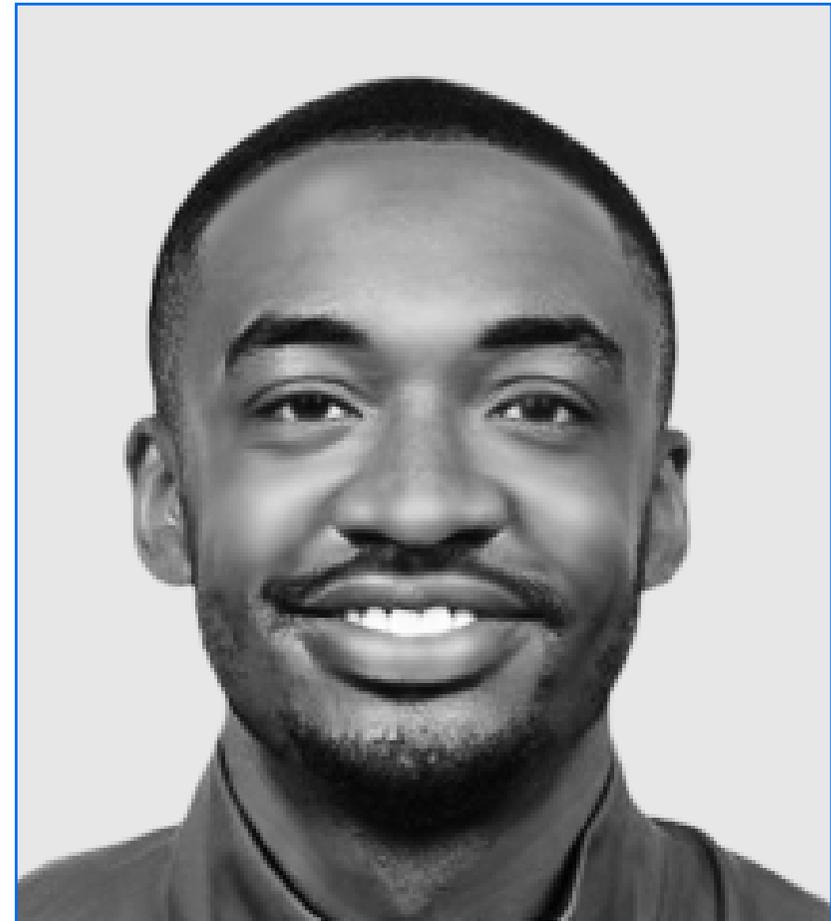
Este cuadro docente te transmitirá las últimas novedades en esta disciplina para que te conviertas en un profesional altamente solicitado en este sector”

Director Invitado Internacional

Isaiah Covington es un entrenador de rendimiento altamente capacitado, con una gran experiencia en el tratamiento y abordaje de diferentes lesiones en deportistas de élite. De hecho, su trayectoria profesional se ha dirigido a la NBA, una de las ligas deportivas más importantes de todo el mundo. Es el entrenador de rendimiento de los Bolton Celtics, uno de los equipos más importantes de la Conferencia Este y con mayor proyección en todo Estados Unidos.

Su trabajo en una liga tan exigente le ha hecho especializarse en maximizar el potencial físico y mental de los jugadores. Para ello, ha sido clave su experiencia pasada en otros equipos, como los Golden State Warriors y los Santa Cruz Warriors. Esto le ha permitido trabajar también en el plano de las lesiones deportivas, profundizando en la prevención y readaptación de las más frecuentes en los deportistas de élite.

En el ámbito académico, su interés se ha centrado en el campo de la kinesiología, las ciencias del ejercicio y el deporte de alto rendimiento. Todo ello le ha llevado a destacar de forma prolífica en la NBA, trabajando día a día con algunos de los jugadores de baloncesto y cuerpo técnico más importantes de todo el mundo.



D. Covington, Isaiah

- Entrenador de rendimiento de los Golden State Warriors
- Entrenador jefe de rendimiento de los Santa Cruz Warriors
- Entrenador de rendimiento en Pacers Sports & Entertainment
- Licenciado en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Delaware
- Especialización en Gestión del Entrenamiento
- Máster en Kinesiología y Ciencias del Ejercicio por la Universidad de Long Island
- Máster en Deporte de Alto Rendimiento por la Universidad Católica de Australia

“

TECH ha seleccionado cuidadosamente al equipo docente de este programa para que puedas aprender de los mejores especialistas de la actualidad”

Dirección del curso

Dr. González Matarín, Pedro José

- ♦ Investigador y catedrático de Ciencias de la Salud
- ♦ Investigador técnico de la Educación para la Salud en Murcia
- ♦ Docente e investigador de la Universidad de Almería
- ♦ Técnico del Programa Activa del Departamento de Salud de Murcia
- ♦ Entrenador de Alto Rendimiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud
- ♦ Graduado en Educación Física
- ♦ Máster en Recuperación Funcional en la Actividad Física y el Deporte
- ♦ Máster en Medicina Regenerativa
- ♦ Máster en Actividad Física y Salud
- ♦ Máster en Dietética y Dietoterapia
- ♦ Miembro de SEEDO, AEEM





“

Además de sus contenidos actualizados y de su metodología flexible y 100% online, esta titulación está impartida por expertos de gran prestigio en esta área profesional”

06

Plan de formación

La estructura de este Curso Profesional está compuesta por un completo apartado dedicado al ejercicio para la recuperación funcional. Contiene varias secciones que profundizan en técnicas innovadoras para la regeneración activa de tus clientes, la ciencia y los principios de los Pilates. Del mismo modo, en la metodología y aparatos para la práctica efectiva. El contenido siempre respeta un completo itinerario que permite profundizar, de forma autónoma y a tu propio ritmo, en los materiales didácticos.

“

Con un contenido completo lograrás capacitarte, en tan solo 6 semanas, para guiar a tus deportistas en la recuperación funcional”





Módulo 1. Ejercicio para la recuperación funcional

- 1.1. Entrenamiento Funcional y Rehabilitación Avanzada
 - 1.1.1. Función y rehabilitación funcional
 - 1.1.2. Propiocepción, receptores y control neuromuscular
 - 1.1.3. Sistema nervioso central: integración del control motor
 - 1.1.4. Principios para la prescripción de ejercicio terapéutico
 - 1.1.5. Restablecimiento de la propiocepción y control neuromuscular
 - 1.1.6. El modelo de rehabilitación de 3 fases
- 1.2. La ciencia del Pilates para la rehabilitación
- 1.3. Principios del Pilates
- 1.4. Integración del Pilates en la Rehabilitación
- 1.5. Metodología y aparatos necesarios para una práctica efectiva
- 1.6. La columna cervical y torácica
- 1.7. La columna lumbar
- 1.8. El hombro y la cadera
- 1.9. La rodilla
- 1.10. El pie y el tobillo



¿Ya te has decidido? 100% online, de la mano de grandes expertos y a tu propio tiempo y ritmo. Es el Curso Profesional en Ejercicio para la Recuperación Funcional que estabas buscando”

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.



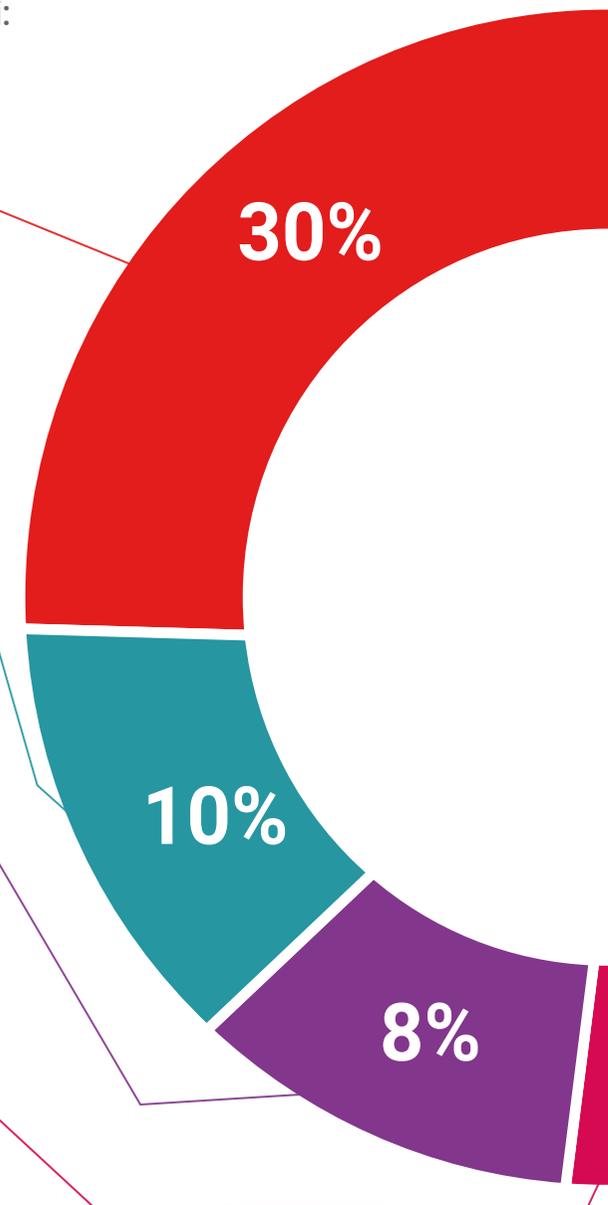
Prácticas de habilidades y competencias

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 Ejercicio para la Recuperación Funcional 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 Ejercicio para la Recuperación Funcional**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**



salud futuro
confianza personas
educación información tutores
garantía acreditación enseñanza
instituciones tecnología aprendizaje
comunidad compromiso
atención personalizada innovación
conocimiento presente calidad
desarrollo web formación
aula virtual idiomas instituciones

tech formación
profesional

Curso Profesional Ejercicio para la Recuperación Funcional

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 semanas

Horas: 150

Curso Profesional

Ejercicio para la Recuperación Funcional

