Curso Profesional
Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica

tech formación profesional

tech formación profesional

Curso Profesional
Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica

Modalidad: **Online**
Titulación: **TECH Formación Profesional**
Duración: **6 semanas**
Horas: **150**
Acceso web: **www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/curso-profesional/valoracion-fitness-funcional-biomecanica**

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

La sociedad es cada vez más consciente de la importancia de mantener unos hábitos de vida saludables para tener un mejor estado de salud, prevenir enfermedades y mejorar su aspecto físico. Esto ha incrementado la demanda de profesionales en los cuales confiar sus entrenamientos, recomendaciones deportivas y rutinas de ejercicios. Es por ello que esta capacitación te dará las claves para poder realizar valoraciones *fitness*, funcionales y de biomecánica. Con este programa de estudio 100% online podrás compaginar estos estudios con cualquier otra responsabilidad profesional o personal. Todo ello, de la mano de un experto cuadro docente y con el contenido más actualizado del mercado educativo.

> *¿Quieres realizar valoraciones personalizadas de fitness? Esta es la capacitación que te enseñará cómo hacerlo, además, de la forma más cómoda y práctica: 100% online y a tu propio ritmo"*

Con este Curso Profesional lograrás situarte como un entrenador personal integral que es capaz de guiar a sus clientes y alumnado en las mejores rutinas con base en su condición previa. Con un completo plan de estudio que realiza un recorrido por los distintos aspectos, aprenderás sobre la consulta inicial del atleta y cómo realizar una valoración en anatomía y kinesiología.

También profundizarás en la ciencia del movimiento humano, y los protocolos y normas de pruebas de estado físico. A través de una evaluación de la biomecánica funcional examinarás, del mismo modo, el aspecto nutricional, investigación genética, bioquímica y calidad de vida de la persona. Finalmente ahondarás en la forma física y la detección y estratificación de riesgos.

Gracias a la modalidad 100% online de este programa educativo, compatibilizarás tus otros proyectos profesionales y personales con tu aprendizaje. Contarás con todo el contenido disponible en la plataforma virtual para su descarga y análisis cuando sea necesario, así como con la guía de un experto cuadro docente que ha sido seleccionado para impartir esta titulación.

No lo dudes más, realiza valoraciones fitness personalizadas a tus clientes actuales y aumenta tu alcance profesional, afianzando tu negocio y tus conocimientos”

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

Con este programa en Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica transformarás tu perfil como entrenador o instructor, en una figura más completa e integral. Esto se debe a que sabrás realizar valoraciones personalizadas a las necesidades y naturaleza de cada cliente. Lograrás ejercer tu trabajo como un auténtico profesional cualificado y afianzar tu cartera de clientes.

> *Con esta capacitación lograrás afianzar tu cartera de clientes y capacitarte como asesor, prescriptor deportivo o preparador físico"*

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

- Preparador físico en clubes deportivos
- 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
- Coordinador de actividades de acondicionamiento físico y de hidrocinesia

04

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

Con este Curso Profesional, impulsarás tus habilidades en la actividad física y deportiva integral. Serás capaz de realizar valoraciones fitness desde la primera consulta con tu cliente y podrás diseñar planes adaptados a sus necesidades. Asimismo, crearás un vínculo sólido para potenciar la confianza y lograr los mejores resultados.

01 Realizar una evaluación exhaustiva de la condición física de un individuo, incluyendo pruebas de resistencia, fuerza, flexibilidad y composición corporal

02 Evaluar la técnica de movimiento y postura de un individuo, identificando posibles desequilibrios musculares

03 Aplicar pruebas y evaluaciones que miden la capacidad funcional de una persona, como la estabilidad, equilibrio, coordinación y agilidad

04 Sintetizar la información recopilada durante las evaluaciones, proporcionando una interpretación precisa y relevante de los resultados obtenidos

05 Utilizar los resultados de las evaluaciones para diseñar programas de entrenamiento adaptados a las necesidades y objetivos específicos de cada individuo.

06 Comunicarse de forma efectiva con los clientes, brindando orientación y educación sobre los resultados de la valoración

07 Manejar tecnologías y herramientas de medición avanzadas, como sistemas de captura de movimiento o plataformas de fuerza

08 Mantener actualizado sobre las últimas investigaciones y avances en el campo de la valoración fitness, funcional y biomecánica

05

Dirección del curso

Siguiendo los estrictos criterios de calidad y profesionalidad de TECH, el cuadro directivo y docente de esta titulación ha sido seleccionado cuidadosamente. Esto, atendiendo a las necesidades actuales del mercado profesional. Así, este profesorado está compuesto por expertos en activo que han dedicado gran parte de su trayectoria al estudio, investigación y docencia en el ámbito de las actividades físico-deportivas. Ellos lograrán no sólo enseñarte la materia teórica y práctica, sino transmitirte todo su bagaje laboral.

Aprende de la mano de un experto cuadro docente que ha dedicado gran parte de su vida profesional a investigar y enseñar en el ámbito de las actividades físico-deportivas"

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 en Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica se ha desarrollado en base al temario más actualizado del ámbito. Con un sistema de aprendizaje lógico y una metodología didáctica basada en *re-learning* y *learning by doing*, aprenderás de forma autónoma y a tu propio ritmo. Este programa contiene todas las claves para ser un buen consultor/asesor de fitness, por lo que alcanzarás el éxito en tu carrera.

> *¿Todavía no te has convencido? Mira el temario de este Curso Profesional y confirmarás que está basado en las investigaciones y estudios más recientes de este ámbito"*

Módulo 1. Valoración fitness, funcional y biomecánica

1.1. Anatomía y Kinesiología
1.2. Ciencia del Movimiento Humano
1.3. Biomecánica Aplicada
1.4. La consulta inicial del cliente
1.5. Protocolos y normas de pruebas de estado físico
1.6. Evaluación del movimiento funcional
  1.6.1. Detección, prueba y evaluación del movimiento
  1.6.2. Functional Movement Screen (FMS)
  1.6.3. Evaluación selectiva del movimiento funcional
  1.6.4. Pruebas específicas de rendimiento funcional
1.7. Valoración Nutricional, Evaluación Genética, Bioquímica y Calidad de Vida
1.8. Biomecánica
  1.8.1. Fundamentos biomecánicos
  1.8.2. Biomecánica del movimiento humano
  1.8.3. Control muscular del movimiento
  1.8.4. Biomecánica del ejercicio de resistencia
1.9. Evaluación de la forma física
1.10. Detección y estratificación de riesgos

¡No esperes más! Si te matriculas ahora mismo, en 6 semanas obtendrás este título de manera directa y estarás habilitado para realizar valoraciones fitness de calidad"

07

Metodología

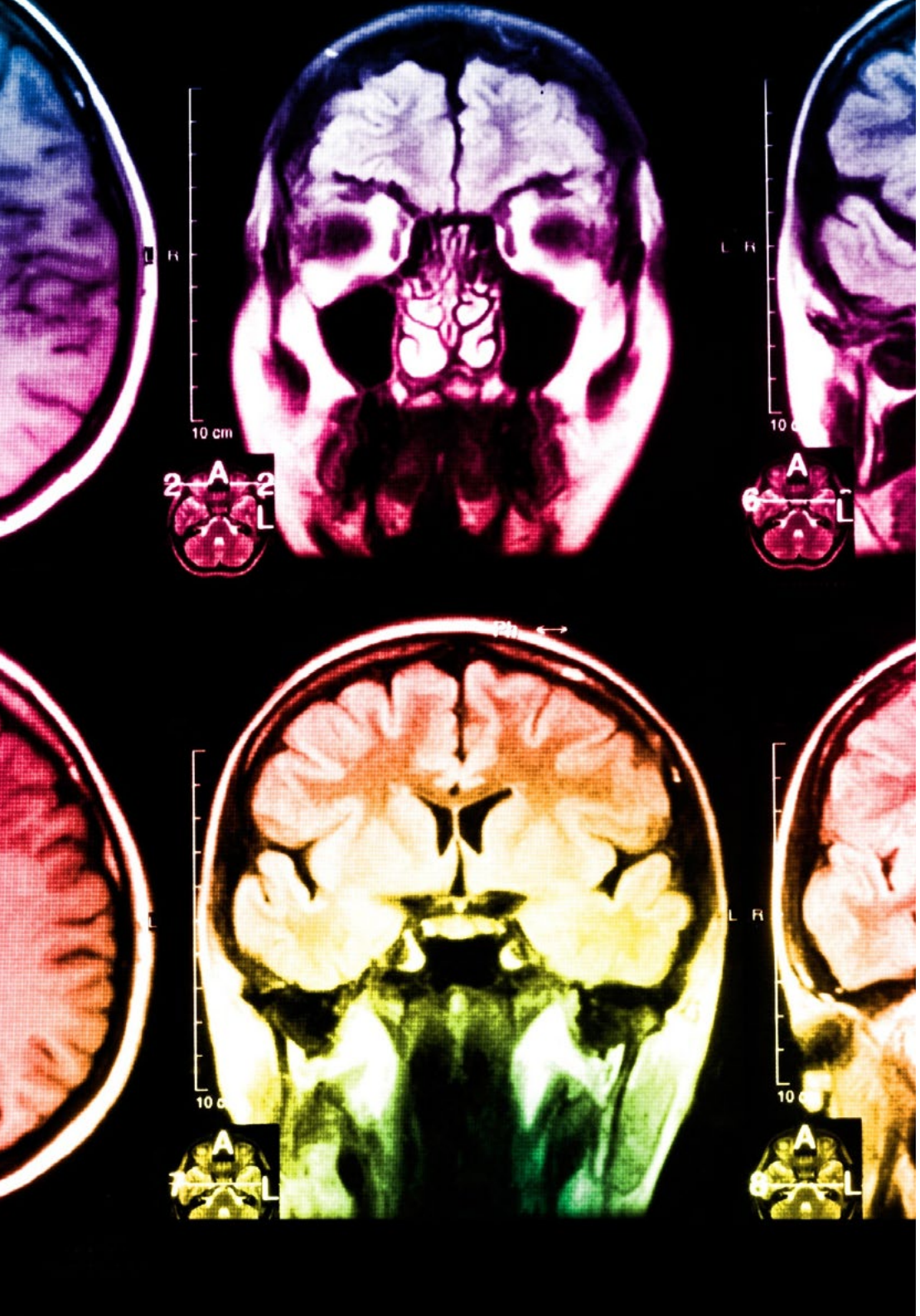
Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

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 tomasen decisiones y emitiesen 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.

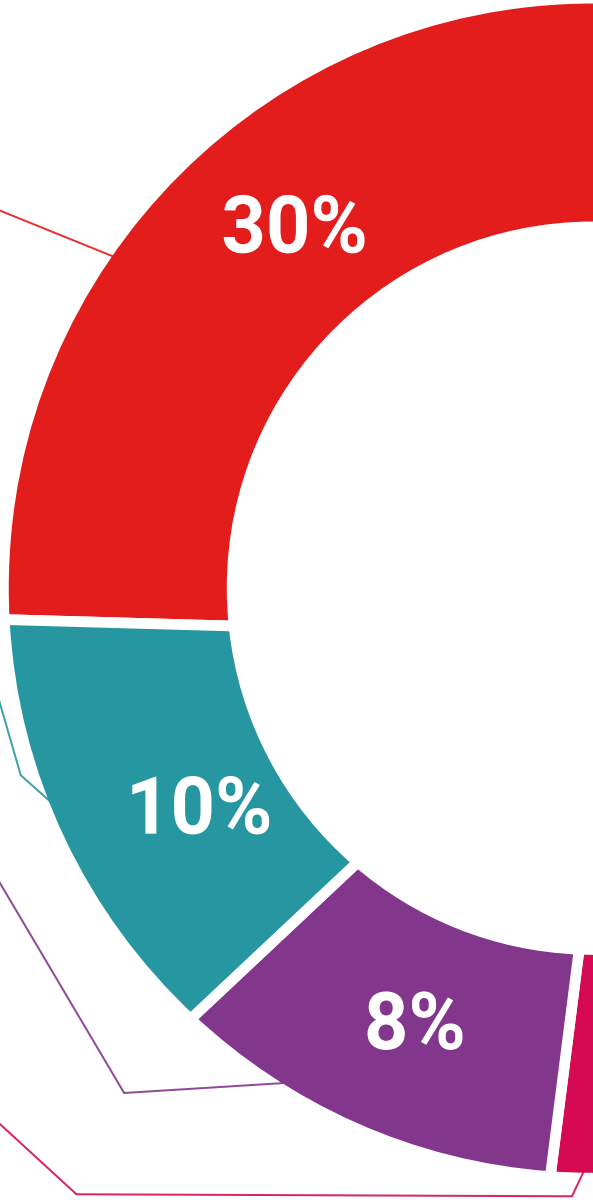
El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.

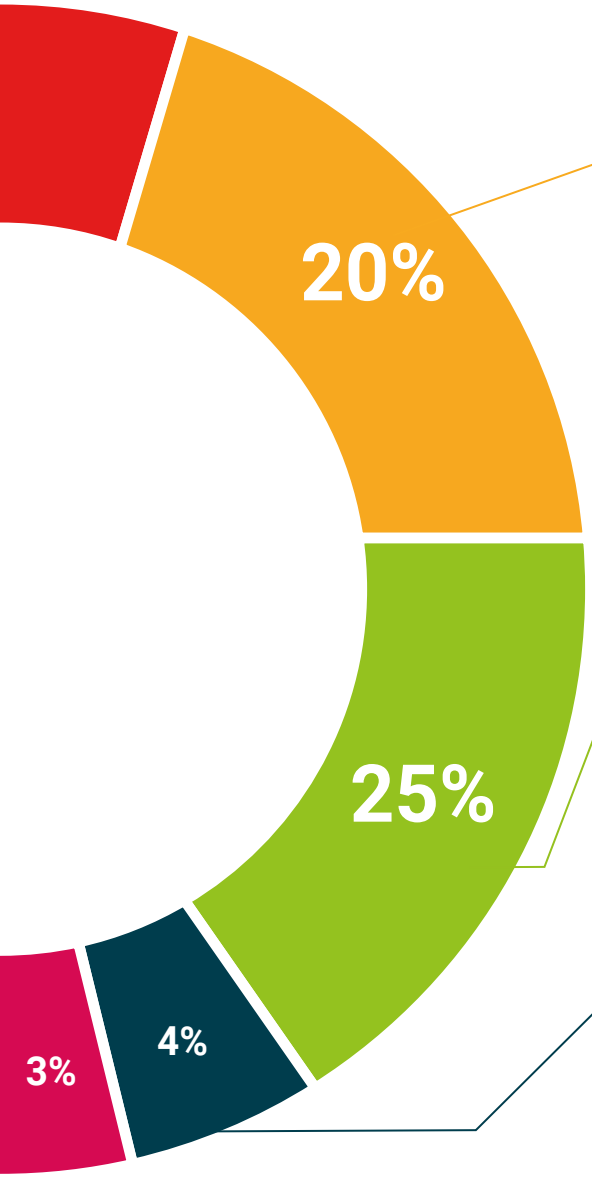
Prácticas de habilidades y competencias

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 Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica 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 Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica**

Modalidad: **Online**

Horas: **150**

tech formación profesional

Otorga el presente

DIPLOMA

a

D/Dña _____, con documento de identificación nº_____

Por haber superado con éxito y acreditado el programa de

CURSO PROFESIONAL

en

Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica

Se trata de un título propio de esta institución equivalente a 150 horas, con fecha de inicio dd/mm/aaaa y fecha de finalización dd/mm/aaaa.

TECH es una Institución Particular de Educación Superior reconocida por la Secretaría de Educación Pública a partir del 28 de junio de 2018.

A 17 de junio de 2020

Mariola Ibáñez Domínguez
Directora

tech formación profesional

Curso Profesional
Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica

Modalidad: **Online**

Titulación: **TECH Formación Profesional**

Duración: **6 semanas**

Horas: **150**

Curso Profesional
Valoración Fitness, Funcional y Biomecánica

tech formación profesional