

Formación Complementaria



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

CURSO UNIVERSITARIO DE ESPECIALIZACIÓN (C.U.E.)

ENTRENADOR PERSONAL

desarrollado por



Este Curso Universitario de Especialización es una completa formación para el asesoramiento de entrenamiento y dieta específica para el logro de diferentes objetivos, obteniendo conocimientos básicos de la estructura y funcionamiento del cuerpo humano, características nutricionales, prevención y tratamiento de posibles lesiones y actuación para ofrecer primeros auxilios.

Enseñar el funcionamiento del cuerpo humano respecto al entrenamiento deportivo y la alimentación adecuada. Que el alumno sea capaz de realizar un entrenamiento específico y una dieta apropiada, atendiendo a los diferentes objetivos posibles.

Dotar al alumno de pautas generales para la prevención y el tratamiento de lesiones frecuentes. Ofrecer conocimientos básicos de primeros auxilios en la práctica deportiva.



TITULACIÓN

Una vez finalizados los estudios, la **Universidad Europea Miguel de Cervantes** expedirá el

Diploma de Curso Universitario de Especialización en Entrenador Personal



250

horas

Tiempo de estudio estimado que abarca el material de estudio, evaluaciones y vídeos de máster clases.

10

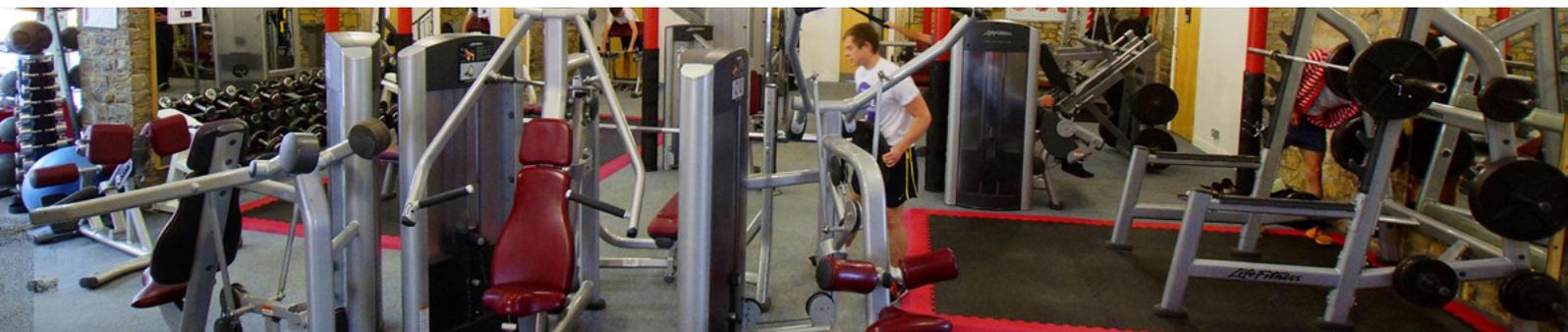
ECTS

Sistema Europeo de Transferencia y Acumulación de Créditos Universitarios.

1

año

Plazo que concede la UEMC para realizar este Curso Universitario de Especialización



MODALIDAD

On line

Matrícula abierta todo el año.

Dispones de todos los contenidos del curso en nuestro Aula Virtual y tutorías por correo electrónico.

REQUISITOS

No son necesarios requisitos académicos o de cualquier otro tipo para realizar este curso.

DIRIGIDO A

Cualquier persona interesada en adquirir conocimientos relacionados con el mundo del entrenamiento deportivo.

Todos aquellos profesionales del ámbito deportivo, entrenadores, monitores, profesores... que quieran ampliar los conocimientos de su campo laboral o personas que deseen formarse en esta área profesional de gran demanda.

ASÍ NOS GUSTA HACER LAS COSAS A NOSOTROS



Matrícula abierta todo el año

¡EMPIEZA HOY MISMO!

La **matrícula** para la **modalidad on line** está abierta todo el año, por lo que el alumno decide cuando empezar a realizar el curso, sin necesidad de esperar a fechas específicas o a que se cubra un número mínimo de plazas.



Adaptado a tu ritmo

Tú marcas tu propio ritmo de estudio. Nuestros planes de formación, gracias a la metodología online, se imparten de forma **asíncrona y guiada**, así que puedes estudiar definiendo tu propio horario y calendario.

Una vez matriculado dispones de un amplio plazo de **1 año** para finalizar el curso y obtener el correspondiente diploma.



Interactuación alumno - profesor

El método e-learning a través de consultas por **email** ofrece la posibilidad de un contacto real y continuo entre todos los actores de la formación, con la ventaja de que se atiende a cada alumno en función de sus necesidades.



Alumnos para siempre

Finalizada la formación, Total Agents Sport permite a sus alumnos **seguir accediendo por tiempo indefinido** al Campus Virtual, pudiendo aprovechar los nuevos contenidos que se vayan incorporando, tanto material didáctico como vídeos de Máster Clases y Ponencias.



Profesores profesionales

Los contenidos didácticos, las clases y los procesos de evaluación están realizados por **profesionales cualificados**, con amplia experiencia en todos los aspectos del fútbol y reconocido prestigio pedagógico.



Contenidos ampliados

Todos nuestros cursos cuentan, además de los temas de estudio, con **Máster Clases y ponencias**, impartidas por importantes profesionales vinculados a la alta competición deportiva.

Se informará a los alumnos para que puedan asistir en directo sin coste de inscripción y podrán disponer de forma permanente de estos contenidos **grabados en video** en nuestra plataforma on-line (tanto los que pudieron asistir como para los que no).



¿QUÉ OBTIENES CON NUESTROS CURSOS?



Diploma Universitario

Diploma expedido por la **Universidad Europea Miguel de Cervantes** a la finalización del curso y una vez abonadas las tasas universitarias correspondientes al año académico.



Completa formación

Puedes estudiar los contenidos directamente a través de nuestro **Aula Virtual**, o descargar los temarios en formato pdf.

Sistema de evaluación a través de exámenes on line y trabajos corregidos por los tutores.



Videos de Máster Clases

Podrás disfrutar de los vídeos de las Máster Clases a través del Aula Virtual, tanto de las jornadas celebradas en el pasado, como las que se van realizando cada nuevo curso.

Actualmente contamos con **más de 100 horas de grabación** repartidas entre todos nuestros programas formativos.



EQUIPO DOCENTE



Juan Carlos González Hernández

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF) Universidad Europea Miguel de Cervantes. | Experto en Alto Rendimiento y Gestión Deportiva. | Personal Trainer

PONENTES Y MÁSTER CLASES

Todos nuestros cursos cuentan, además de los materiales de estudio, con **Máster Clases** y ponencias, impartidas por importantes profesionales vinculados a la alta competición deportiva.

Matriculándote en este curso, podrás disfrutar de los vídeos de las Máster Clases a través del Aula Virtual, tanto de las jornadas celebradas en el pasado, como las que vamos organizando cada año.

Aquí tienes una muestra de lo que podrás ver (haz clic en las que tienen el icono de [YouTube](#) para ver un fragmento):



Víctor González-Salellas

Camino al éxito: fundamentos del Coaching - 24/01/2014

Coach profesional (PCC) por ICF, máster en Programación Neurolingüística (PNL) | Entrenador nacional de fútbol.



Alfonso Pérez Catalina

Bases médicas en el fútbol. Primeros auxilios, RCP y DESA - 15/11/2013

Experto en asistencia inicial a urgencias y emergencias

PROGRAMA DEL C.U.E.

TEMA 1. TEORÍA E HISTORIA DEL DEPORTE Y LA EDUCACIÓN FÍSICA

1. La educación física en el contexto educativo y social
2. La educación física: naturaleza y significado
3. La educación física: principios, fines y objetivos
4. La actividad corporal como base de los aprendizajes escolares
5. Fundamentos filosófico - pedagógicos de la educación física
6. Desarrollo y evolución histórica de la educación física y de sus contenidos
7. Fundamentos científicos de la educación física
8. La educación física en la actualidad

TEMA 2. FUNDAMENTO BIOLÓGICO

1. Estructuras y funciones orgánicas
2. Adaptaciones funcionales a la actividad física
3. Biomecánica y análisis del movimiento
4. Actividad física y salud
5. Composición corporal, balance energético y control de peso
6. Factores de la condición física y motriz
7. Características del entrenamiento en las etapas evolutivas
8. Desarrollo de las etapas condicionantes y coordinativas.

TEMA 3. TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

1. Metodología
2. Fisiología
3. Flexibilidad

TEMA 4. NUTRICIÓN DEPORTIVA

1. Introducción y aspectos generales
2. Metabolismo energético y su relación con la nutrición

3. Anemias nutricionales
4. Ayudas nutricionales y energéticas
5. Radicales libres de oxígeno
6. Glosario
7. Bibliografía

TEMA 5. PSICOLOGÍA DEPORTIVA

1. Origen e historia de la psicología deportiva
2. Estrategias de preparación mental
3. Personalidad
4. La motivación en el deporte
5. El establecimiento de objetivos como técnica de motivación
6. El estrés o ansiedad en la competición deportiva
7. Relaciones entre los individuos de un grupo
8. Influencia de los factores externos en el rendimiento
9. El entrenador y su imagen ante el deportista
10. Anexo I
- Anexo II
- Procedimientos de investigación en psicología deportiva
11. Glosario
12. Bibliografía

TEMA 6. NOCIONES BÁSICAS DE MASAJE DEPORTIVO

1. Introducción
2. Concepto de masaje
3. Normas generales
4. Metodología, clasificación y duración del masaje
5. Efectos del masaje y técnicas aplicadas a zonas específicas
6. Masaje deportivo
7. Masaje transversal profundo
8. Crioterapia

◀ PROGRAMA DEL C.U.E.

9. Los estiramientos y el masaje
10. Patologías musculares
11. El masaje en las lesiones musculares
12. Los esguinces
13. La tendinitis
14. La tortícolis
15. Lesiones debidas a traumatismos
16. La bursitis
17. Enfermedades articulares
18. El masaje en caso de luxaciones
19. El masaje en las fracturas

TEMA 7. LESIONES DEPORTIVAS

1. Introducción general
2. Fundamentación teórica general
3. Resumen global de los resultados
4. Discusión

TEMA 8. FUNDAMENTOS HISTÓRICOS DE LA FISIOTERAPIA Y SU METODOLOGÍA

1. Tratamiento fisioterápico del dolor
2. Tratamiento fisioterápico de la fibromialgia reumática y síndrome de dolor miofascial
3. Tratamiento fisioterápico de las fracturas
4. Tratamiento de complicaciones de fracturas
5. Tratamiento fisioterápico de la osteoporosis
6. Tratamiento de la algodistrofia o distrofia simpático refleja
7. Tratamiento rehabilitador del paciente inmovilizado
8. Tratamiento fisioterápico de los procesos degenerativos e inflamatorios
9. Tratamiento fisioterápico general en quemados
10. Concepto y tipos de ortesis
11. Iniciación a las ayudas técnicas
12. Patología del hombro
13. Patología del codo
14. Patología de mano y muñeca
15. Ortesis de miembro superior

16. Prótesis de miembro superior
17. Pelvis y cadera
18. Rodilla y tibia
19. Tobillo y pie
20. Afecciones ortopédicas en el niño
21. Ortesis de miembros inferiores
22. Principales ayudas a la marcha
23. Tracciones y elongaciones vertebrales
24. Algias vertebrales inespecíficas
25. Fisioterapia de las deformidades raquídeas
26. Fracturas vertebrales sin afectación medular
27. Tratamiento de la espondilitis anquilosante
28. Protetización
29. Componentes de una prótesis
30. Prótesis para amputados de miembros inferiores
31. Prótesis para amputados de miembro superior
32. Características del muñón. Muñón defectuoso y muñón óptimo
33. Fisioterapia específica del muñón
34. Fisioterapia general del amputado de miembro inferior. Reeducación de la marcha. Ayudas a la marcha
35. Reeducación del amputado de miembro superior
36. Doble amputado

TEMA 9. PRIMEROS AUXILIOS

INFORMACIÓN Y CONTACTO



info@totalagentssport.com

(+34) 902 007 589

C/ Padre Claret, 7
47004 - Valladolid (España)
www.totalagentssport.com



EN COLABORACIÓN CON:



Universidad Europea
Miguel de Cervantes



Fútbol Ofensivo
"Un entrenador es lo que sus futbolistas quieren que sea"



LPf La Planificación
Futbolística

