

MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas

MF0273_3: Valoración de las capacidades físicas

Duración: 130 horas

Precio: consultar euros.

Modalidad: e-learning

Titulación:

CONTENIDOS CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD (AFDA0210) ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN SALA DE ENTRENAMIENTO POLIVALENTE (RD 1518/2011, de 31 de octubre)

Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. 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 El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

© icaformación2026

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licencidos/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadodores/as sociales etc…

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

-Por el aula virtual, si su curso es on line
-Por e-mail
-Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.



© icaformación2026

Titulación:

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por correo o mensajería la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Programa del curso:

UF1703: Aplicación de tests, pruebas y cuestionarios para la valoración de la condición física, biológica y motivacional

Habilidades motrices básicas en el ámbito del fitness

Fundamentos psicomotrices: esquema corporal, percepción espacial y percepción temporal. Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación autónoma de los distintos test.

Personalidad, motivaciones e intereses en el ámbito del fitness
Fundamentos y valoración en el ámbito del fitness.
Bases de la personalidad.
Expectativas de beneficios en la práctica de actividades físicas.
Efectos psicológicos del Fitness sobre la salud.
Efectos sociales.
Desarrollo de capacidades psicosociales a través del fitness.
Habilidades psicológicas susceptibles de desarrollo en el ámbito del fitness.
Características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación.
Características psicoafectivas de personas pertenecientes a colectivos especiales.
Importancia del técnico especialista en actividad física para el bienestar personal.

© icaformación2026

Principios generales de los tests, pruebas y cuestionarios de evaluación de la condición física, biológica y motivacional
Conceptos de medida y evaluación.
Necesidad de evaluar la aptitud física.
Ámbitos de la evaluación de la aptitud física.
Requisitos de los test de la evaluación de la condición física.
Los test, pruebas y cuestionarios en función de la edad y el género.

Valoración antropométrica en el ámbito del fitness
Biotipología: clasificaciones.
Antropometría y cineantropometría.
Pruebas antropométricas en actividades físicas y deportivas.
Fundamentos de la valoración antropométrica de la composición corporal: composición corporal y actividad física.
Modelos de composición corporal.
Composición corporal y salud.
Determinación de la composición corporal mediante los pliegues cutáneos.

Pruebas biológico-funcionales en el ámbito del fitness
Fundamentos biológicos.
Recomendaciones de uso de pruebas biológico-funcionales en el ámbito del fitness.
Evaluación de la resistencia aeróbica.
Evaluación de la capacidad y la potencia anaeróbica.
Evaluación de la velocidad.
Evaluación de la fuerza.
Evaluación de la movilidad articular.
Evaluación de la elasticidad muscular.

Test de campo para valorar la condición física en el ámbito del fitness
Fundamentos biológicos.
Recomendaciones de uso de test de campo en el ámbito del fitness.
Test de campo para la determinación de la resistencia aeróbica.
Test de campo para la determinación de la fuerza resistencia.
Test de campo para la determinación de la flexibilidad-elasticidad muscular.

Valoración postural en el ámbito del fitness

© icaformación2026

Fundamentos anatómicos: relaciones segmentarias.
Alteraciones posturales más frecuentes.
Pruebas de análisis postural en el ámbito del fitness.
Análisis y comprobación de los resultados.

La entrevista personal en el ámbito del fitness
Cuestionarios de entrevista para la valoración inicial en fitness.
Historial del cliente/usuario – Integración de datos anteriores.
Dinámica relacional entrevistador-entrevistado: técnicas de entrevista personal.
Análisis de datos obtenidos.
La observación como técnica básica de evaluación.
Normativa vigente de protección de datos.
Criterios deontológicos profesionales de confidencialidad.

UF1704: Tratamiento de datos de una batería de tests, pruebas y cuestionarios de valoración de la condición física, biológica y motivacional

Funciones orgánicas y fatiga física en el ámbito del fitness
El aparato locomotor, respiratorio y circulatorio.
El sistema óseo, muscular, articular y nervioso.
Metabolismo energético.
Concepto y clasificación de la fatiga. Mecanismos de la fatiga.
Bases biológicas de la recuperación. Medios y métodos de recuperación.
El equilibrio hídrico, suplementos y fármacos.
Termorregulación y ejercicio físico. Diferencias de género.
El equilibrio hídrico: rehidratación y ejercicio físico.

Análisis e interpretación de datos
Aplicación del análisis de datos.
Modelos de análisis.
La interpretación de datos obtenidos en los distintos test, pruebas y cuestionarios.
Análisis diagnóstico para la elaboración de programas de entrenamiento.

Tratamiento y registro de resultados en la aplicación de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del fitness

© icaformación2026

Estadística aplicada a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios.
Recursos informáticos aplicados a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios.
Integración y tratamiento de la información obtenida.

© icaformación2026