

UF1713: Direccion y dinamizacion de actividades de entrenamiento en S.E.P

UF1713: Direccion y dinamizacion de actividades de entrenamiento en S.E.P

Duración: 90 horas

Precio: consultar euros.

Modalidad: e-learning

Titulación:

CONTENIDOS RELACIONADOS CON CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD

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:

Fundamentos de psicología y sociología aplicados al ocio y a las actividades de acondicionamiento físico
Desarrollo evolutivo
Sociología del ocio y la actividad físico deportiva

Prescripción del ejercicio en la Sala de Entrenamiento Polivalente
Conceptos relacionados con la prescripción del ejercicio de fuerza.
Selección de los medios de entrenamiento más seguros para el cliente.
Valoración y eliminación de los factores de riesgo.
Incorporación de programas para la mejora de la flexibilidad y la amplitud de movimientos.
Equilibrio en el desarrollo de las capacidades físicas características del Fitness.
Desarrollo de los grandes grupos musculares.
Equilibrio entre músculos agonistas y antagonistas.
Interpretación de los ejercicios adecuados a partir de un Programa de Entrenamiento de Referencia.
Elección y orden de los distintos ejercicios.
Interpretación y selección de los factores de entrenamiento adecuados (intensidad, volumen, densidad y carga de entrenamiento.

Dirección y dinamización de sesiones de entrenamiento en una S.E.P.
Componentes del servicio de atención al cliente.

© icaformación2026

Concreción y organización de las sesiones a partir del programa de entrenamiento de referencia.
Intervención, dirección y dinamización de sesiones de entrenamiento en una S.E.P.
Demostración, explicación y supervisión en la ejecución de las distintas actividades y ejercicios.

Evaluación del programa de entrenamiento en una S.E.P.
Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de los programas de entrenamiento en la S.E.P.
Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en S.E.P.
Periodicidad en los controles de evaluación.

Medidas complementarias al programa de entrenamiento
El estilo de vida.
Estilo de vida y salud
Hábitos saludables.
Hábitos no saludables.
Salud percibida.
La relación trabajo/descanso.
Aspectos psicológicos.
Instrumentos para la evaluación de la calidad de vida.
Medidas complementarias al programa de entrenamiento.

Medidas de recuperación del entrenamiento
Bases biológicas de la recuperación.
Clasificación de medios y métodos de recuperación.
Métodos y medios de recuperación de sustratos energéticos.
Medios y métodos de recuperación inter e intra sesión.

Necesidades especiales en relación a la autonomía personal en la S.E.P.
Tipologías más usuales de limitaciones en la autonomía personal.
Interpretación y dinamización de programas de entrenamiento dirigidos a usuarios con necesidades especiales y/o limitaciones en su autonomía personal.
Técnicas de comunicación para necesidades especiales.

© icaformación2026