



# FORMACIÓN ONLINE

Titulación certificada por  
EDUCA BUSINESS SCHOOL



## Maestría Internacional en Dirección de Clubes de Pádel



LLAMA GRATIS: (+34) 958 050 217



## Educa Business Formación Online



Años de experiencia avalan el trabajo docente desarrollado en Educa, basándose en una metodología completamente a la vanguardia educativa

## SOBRE **EDUCA**

Educa Business School es una Escuela de Negocios Virtual, con reconocimiento oficial, acreditada para impartir formación superior de postgrado, (como formación complementaria y formación para el empleo), a través de cursos universitarios online y cursos / másteres online con título propio.

## NOS COMPROMETEMOS CON LA **CALIDAD**

Educa Business School es miembro de pleno derecho en la Comisión Internacional de Educación a Distancia, (con estatuto consultivo de categoría especial del Consejo Económico y Social de NACIONES UNIDAS), y cuenta con **el Certificado de Calidad de la Asociación Española de Normalización y Certificación (AENOR)** de acuerdo a la normativa ISO 9001, mediante la cual se Certifican en Calidad todas las acciones

Los contenidos didácticos de Educa están elaborados, por tanto, bajo los parámetros de formación actual, teniendo en cuenta un sistema innovador con tutoría personalizada.

Como centro autorizado para la impartición de formación continua para personal trabajador, **los cursos de Educa pueden bonificarse, además de ofrecer un amplio catálogo de cursos homologados y baremables en Oposiciones**, dentro de la Administración Pública. Educa dirige parte de sus ingresos a la sostenibilidad ambiental y ciudadana, lo que la consolida como una Empresa Socialmente Responsable.

Las Titulaciones acreditadas por Educa Business School pueden **certificarse con la Apostilla de La Haya** (CERTIFICACIÓN OFICIAL DE CARÁCTER INTERNACIONAL que le da validez a las Titulaciones Oficiales en más de 160 países de todo el mundo).

Desde Educa, hemos reinventado la formación online, de manera que nuestro alumnado pueda ir superando de forma flexible cada una de las acciones formativas con las que contamos, en todas las áreas del saber, mediante el apoyo incondicional de tutores/as con experiencia en cada materia, y la garantía de aprender los conceptos realmente demandados en el mercado laboral.

## Maestría Internacional en Dirección de Clubes de Pádel

**DURACIÓN:**

1.500 horas

**MODALIDAD:**

Online

**PRECIO:**

1.495 €

Incluye materiales didácticos,  
titulación y gastos de envío.**CENTRO DE FORMACIÓN:**

Educa Business School



## Titulación

Titulación de Maestría Internacional en Dirección de Clubes de Pádel con 1500 horas expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Educa Business School vía correo postal, la titulación que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la UNESCO).





## Educa Business School

como Escuela de Negocios de Formación de Postgrado  
EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

## Nombre de la Acción Formativa

de 425 horas, perteneciente al Plan de formación de EDUCA BUSINESS SCHOOL en la convocatoria de 2019  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXXXXXXXX

Con una calificación de **NOTABLE**

Y para que consiste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a 11 de Noviembre de 2019

La Dirección General  
JESÚS MORENO HIDALGO

Sello

Firma del Alumno/a  
NOMBRE DEL ALUMNO

RESPONSABILIDAD  
SOCIAL  
CORPORATIVA



El presente Título es parte del Sistema Formativo de la Maestría Internacional en Dirección de Clubes de Pádel de la Escuela de Negocios de Formación de Postgrado, perteneciente al Plan de formación de EDUCA BUSINESS SCHOOL en la convocatoria de 2019. Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXXXXXXXX. Este Título es expedido por EDUCA BUSINESS SCHOOL en Granada, a 11 de Noviembre de 2019. El presente Título es expedido por EDUCA BUSINESS SCHOOL en Granada, a 11 de Noviembre de 2019. El presente Título es expedido por EDUCA BUSINESS SCHOOL en Granada, a 11 de Noviembre de 2019.

## Descripción

Sin lugar a dudas, el Pádel puede considerarse como el deporte que ha experimentado, en los últimos tiempos, un mayor crecimiento a lo largo de toda la geografía española. Debido a este gran aumento en su demanda, el Monitor de Pádel empieza a ser una figura indispensable en el ámbito deportivo. Su fácil accesibilidad, la inagotable diversión que proporciona y la elevada facilidad en su aprendizaje, han hecho que el pádel sea en la actualidad el deporte de moda. Gracias a la realización de Esta Maestría en Pádel conocerá las técnicas esenciales para desenvolverse de manera experta en este deporte, además de prestar atención a factores importantes del deporte como la nutrición deportiva, la anatomía deportiva o las técnicas de entrenamiento deportivo...



## Objetivos

- Conocer la estructura y el funcionamiento del cuerpo humano ante el ejercicio físico. - Adquirir los conocimientos necesarios para la preparación física y mental previos al juego de Pádel. - Conocer el Reglamento en el que se basa el juego del Pádel. - Ofrecer un acercamiento a los conceptos principales de la dietética y la nutrición, aplicados a la alimentación de las personas que realizan algún tipo de actividad deportiva a mayor o menor nivel. - Presentar los aspectos nutricionales de las proteínas, lípidos, hidratos de carbono, minerales y vitaminas. - Conocer las necesidades nutricionales específicas de las personas que practican algún deporte. - Establecer un acercamiento a los contenidos mínimos sobre salud deportiva. - Conocer y reconocer la importancia que posee el masaje en la salud deportiva. - Conocer las capacidades físicas básicas para su entrenamiento y los factores que influyen en su desarrollo. - Comprender el proceso de aprendizaje psicomotor para poder alcanzar su desarrollo. - Conocer los principales sistemas articulares. - Analizar los movimientos del tronco y de las extremidades.

## A quién va dirigido

La Maestría en Pádel está dirigida a profesionales del deporte que quieran especializarse en pádel, así como a todas aquellas personas que les guste el Pádel y quieran aprender las nociones técnicas básicas para el desarrollo de este deporte.

## Para qué te prepara

Esta Maestría en Pádel permite al alumno adquirir los conocimientos necesarios para la ejecución técnica correcta de cada uno de los golpes más característicos del Pádel, así como a desarrollar las competencias necesarias para aplicarlos en diferentes ámbitos profesionales. Obtendrá un buen conocimiento sobre la actividad, la ejecución correcta de las diferentes posiciones y movimientos. Además con la maestría podrá conocer los aspectos esenciales sobre la nutrición, anatomía y salud deportiva.

## Salidas Laborales

Actividad física y deporte / Experto en pádel / Entrenador deportivo / Nutrición deportiva.

## Formas de Pago

- Tarjeta
- Transferencia
- Paypal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Fracciona tu pago en cómodos plazos sin intereses

+ Envío Gratis.

Llama gratis al teléfono  
**(+34) 958 050 217** e  
infórmate de los pagos a  
plazos sin intereses que  
hay disponibles



## Financiación

Facilidades económicas y financiación 100% sin intereses.

En Educa Business ofrecemos a nuestro alumnado facilidades económicas y financieras para la realización de pago de matrículas, todo ello 100% sin intereses.

**10% Beca Alumnos:** Como premio a la fidelidad y confianza ofrecemos una beca a todos aquellos que hayan cursado alguna de nuestras acciones formativas en el pasado.



**BECA**

**ANTIGUOS ALUMNOS**

.....

Agradecemos tu fidelidad y la confianza depositada en Euroinnova Formación.

**10 %**



## Metodología y Tutorización

El modelo educativo por el que apuesta Euroinnova es el **aprendizaje colaborativo** con un método de enseñanza totalmente interactivo, lo que facilita el estudio y una mejor asimilación conceptual, sumando esfuerzos, talentos y competencias.

El alumnado cuenta con un **equipo docente** especializado en todas las áreas.

Proporcionamos varios medios que acercan la comunicación alumno tutor, adaptándonos a las circunstancias de cada usuario.

Ponemos a disposición una **plataforma web** en la que se encuentra todo el contenido de la acción formativa. A través de ella, podrá estudiar y comprender el temario mediante actividades prácticas, autoevaluaciones y una evaluación final, teniendo acceso al contenido las 24 horas del día.

Nuestro nivel de exigencia lo respalda un **acompañamiento personalizado**.



## Redes Sociales

Síguenos en nuestras redes sociales y pasa a formar parte de nuestra gran **comunidad educativa**, donde podrás participar en foros de opinión, acceder a contenido de interés, compartir material didáctico e interactuar con otros/as alumnos/as, ex alumnos/as y profesores/as. Además, te enterarás antes que nadie de todas las promociones y becas mediante nuestras publicaciones, así como también podrás contactar directamente para obtener información o resolver tus dudas.



## Reinventamos la Formación Online



### Más de 150 cursos Universitarios

Contamos con más de 150 cursos avalados por distintas Universidades de reconocido prestigio.



### Campus 100% Online

Impartimos nuestros programas formativos mediante un campus online adaptado a cualquier tipo de dispositivo.



### Amplio Catálogo

Nuestro alumnado tiene a su disposición un amplio catálogo formativo de diversas áreas de conocimiento.



### Claustro Docente

Contamos con un equipo de docentes especializados/as que realizan un seguimiento personalizado durante el itinerario formativo del alumno/a.



### Nuestro Aval AEC y AECA

Nos avala la Asociación Española de Calidad (AEC) estableciendo los máximos criterios de calidad en la formación y formamos parte de la Asociación Española de Contabilidad y Administración de Empresas (AECA), dedicada a la investigación de vanguardia en gestión empresarial.



### Club de Alumnos/as

Servicio Gratuito que permite a nuestro alumnado formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: beca, descuentos y promociones en formación. En este, se puede establecer relación con alumnos/as que cursen la misma área de conocimiento, compartir opiniones, documentos, prácticas y un sinfín de intereses comunitarios.



### Bolsa de Prácticas

Facilitamos la realización de prácticas de empresa, gestionando las ofertas profesionales dirigidas a nuestro alumnado. Ofrecemos la posibilidad de practicar en entidades relacionadas con la formación que se ha estado recibiendo en nuestra escuela.



### Revista Digital

El alumnado puede descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, y otros recursos actualizados de interés.



### Innovación y Calidad

Ofrecemos el contenido más actual y novedoso, respondiendo a la realidad empresarial y al entorno cambiante, con una alta rigurosidad académica combinada con formación práctica.

## Acreditaciones y Reconocimientos



## Temario

### PARTE 1. PÁDEL

#### MÓDULO 1. TEORÍA. MONITOR PÁDEL

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO HUMANO

1. Huesos
2. Músculos
3. Articulaciones
4. Tendones

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. REACCIÓN DEL CUERPO HUMANO ANTE EL EJERCICIO FÍSICO

1. Introducción
2. Utilización de sustratos metabólicos durante el ejercicio físico
3. Hidratos de carbono
4. Lípidos
5. Proteínas
6. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio

##### UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUTRICIÓN DEPORTIVA

1. Introducción
2. Nutrición y salud
3. Necesidad de nutrientes
4. Deshidratación
5. Las ayudas ergogénicas
6. Elaboración de dietas

##### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PREPARACIÓN FÍSICA Y MENTAL

1. Preparación física

2.Preparación mental

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL PÁDEL**

- 1.¿Qué es el Pádel?
- 2.El origen del Pádel
- 3.Elementos del Pádel
- 4.Tipos de golpes
- 5.Otros aspectos técnico-tácticos del Pádel

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PLANIFICACIÓN DE LAS CLASES DE PÁDEL**

- 1.Introducción
- 2.Organización estructural de la sesión
- 3.¿Cómo estructuramos la explicación técnica?
- 4.Secuenciación de enseñanza-aprendizaje de los golpes
- 5.Consideraciones al marco escolar
- 6.Aspectos a tener en cuenta con respecto a la metodología
- 7.Sugerencias de enseñanza

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. REGLAMENTO**

- 1.Inicio del juego
- 2.El saque o servicio
- 3.El resto o devolución
- 4.La puntuación
- 5.Durante el juego

## **MÓDULO 2. RECURSOS PRÁCTICOS. MONITOR DE PADEL**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. RECOMENDACIONES GENERALES**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. GOLPES BÁSICOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANÁLISIS DE LOS GOLPES**

- 1.Derecha
- 2.Revés
- 3.Pared de fondo de derecha
- 4.Pared de fondo de revés
- 5.Pared lateral de derecha
- 6.Pared lateral de revés
- 7.Doble pared de derecha
- 8.Doble pared de revés
- 9.La contrapared
- 10.El saque
- 11.Volea de revés
- 12.Volea de revés

- 13. Remate
- 14. Bandeja

## PARTE 2. NUTRICIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. MILOGÍA APLICADA

- 1. Introducción a la Miología
- 2. Tipos de Tejido Muscular
- 3. Características del tejido muscular
- 4. El Músculo Esquelético
- 5. Uniones musculares
- 6. Tono y fuerza muscular
- 7. La contracción muscular

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. UTILIZACIÓN DE NUTRIENTES EN EL EJERCICIO

- 1. Utilización de energía por el músculo
- 2. Utilización de los hidratos de carbono en el ejercicio
- 3. Utilización de la grasa en el ejercicio
- 4. Utilización de las proteínas en el ejercicio
- 5. Vitaminas y ejercicio
- 6. Minerales y ejercicio
- 7. Agua y ejercicio

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO FÍSICO

- 1. Introducción a la fisiología del ejercicio
- 2. Ejercicio físico
- 3. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
- 4. La fatiga

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. HIDRATACIÓN Y DEPORTE

- 1. Introducción
- 2. Formas de ingresar y eliminar agua del organismo
- 3. Funciones del agua en el organismo relacionadas con la actividad física
- 4. Reposición de líquidos y electrolitos
- 5. Reposición de líquidos, hidratos de carbono y electrolitos
- 6. Bebidas para deportistas
- 7. Efectos de la hipertermia y la deshidratación

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. AYUDAS ERGOGÉNICAS Y DOPAJE

- 1. Concepto
- 2. Ayudas ergogénicas de tipo lipídico y sustancias relacionadas
- 3. Ayudas ergogénicas de tipo proteico, aminoácidos y otras sustancias nitrogenadas
- 4. Vitaminas y minerales
- 5. Bicarbonato y otros tampones

6. Otras ayudas ergogénicas
7. Dopaje

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PAUTAS NUTRICIONALES EN EL DEPORTE**

1. Introducción
2. Gasto calórico
3. Hidratos de carbono
4. Grasas
5. Proteínas
6. Pautas nutricionales para el entrenamiento de hipertrofia:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. ACTIVIDAD FÍSICA EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA**

1. Actividad física en la niñez
2. Actividad física en la adolescencia
3. Actividad física en la edad adulta
4. Actividad física en la tercera edad

## **PARTE 3. SALUD DEPORTIVA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONES DEL CUERPO HUMANO**

1. Anatomía
  - 1.- Posición anatómica
  - 2.- Conceptos clave: planimetría, ejes del cuerpo, simetría y epónimos
  - 3.- Tipos constitucionales del cuerpo humano
  - 4.- Clasificación de la anatomía
2. Sistemas y aparatos de la anatomía humana
  - 1.- Sistema óseo y funciones
  - 2.- Aparato respiratorio
  - 3.- Sistema cardiovascular
  - 4.- Aparato digestivo
  - 5.- Aparato renal
  - 6.- Sistema endocrino
  - 7.- Sistema nervioso
  - 8.- La piel

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTUDIO DE LOS MÚSCULOS**

1. Miología
2. Tejidos Musculares: liso, esquelético y cardiaco
  - 1.- Movimientos musculares
3. Características del tejido muscular
  - 1.- Regeneración del tejido muscular
4. El Músculo Esquelético
  - 1.- Clasificación de los músculos esqueléticos según: forma, acción y función

- 2.- Acción muscular sobre el esqueleto
- 5.Uniones musculares
- 6.Tono y fuerza muscular
  - 1.- Tono muscular

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE**

- 1.Fundamentación teórica
- 2.Gasto calórico
- 3.Nutrientes en el deporte
  - 1.- Hidratos de carbono
  - 2.- Grasas
  - 3.- Proteínas
  - 4.- Agua y electrolitos
  - 5.- Micronutrientes

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. LESIONES EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

- 1.Lesiones deportivas. Concepto
- 2.-Prevención de las lesiones deportivas
  - 1.- Tratamiento de las lesiones deportivas
- 3.Lesiones en extremidades inferiores
  - 1.- Lesiones en la pierna
  - 2.- Lesiones en el pie
  - 3.- Lesiones en el muslo
  - 4.- Lesiones en la rodilla
- 4.Lesiones en extremidades superiores y tronco
  - 1.- Lesiones en extremidad superior
  - 2.- Lesiones en hombro
- 5.Lesiones en los niños
  - 1.- Lesiones más frecuente en los niños/as
- 6.Tratamiento de las lesiones en la práctica deportiva
  - 1.- Tratamiento ortopédico de las lesiones
  - 2.- Vendaje funcional y distintas aplicaciones deportivas
  - 3.- Lesiones de la piel causadas por las prácticas deportivas
  - 4.- Hidrología médica y terapias naturales complementarias

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL MASAJE**

- 1.Introducción a la historia del masaje
  - 1.- De Egipto al Islam
  - 2.- Desde la Edad Media al Siglo XX
- 2.Introducción al masaje deportivo
  - 1.- Técnicas de manipulación empleadas en la realización de masajes
- 3.Etapas para la aplicación de un masaje deportivo

- 1.- Claves para el masaje deportivo
4. Gimnasia para el masaje. Quiroginmasia
5. Efectos fisiológicos del masaje
  - 1.- Estiramientos miofasciales en el deporte
6. Indicaciones y contraindicaciones generales del masaje
  - 1.- Indicaciones del masaje
  - 2.- Contraindicaciones del masaje

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TIPOS DE MASAJES**

1. El masaje
  - 1.- Masaje de calentamiento
  - 2.- Masaje de intracompetición
  - 3.- Masaje de restauración o postcompetición
  - 4.- Masaje de entrenamiento o intersemana
  - 5.- Masaje como parte de un programa de fisioterapia en las lesiones
2. Automasaje en el deportista
3. Masaje ruso
4. Reflexoterapia podal en el deportista
  - 1.- Beneficios de la reflexiología podal
  - 2.- Contraindicaciones de la reflexología podal
5. Drenaje linfático manual
  - 1.- Técnicas básicas en el drenaje linfático
6. Crioterapia, criomasaje y criocinética
  - 1.- Efectos fisiológicos
  - 2.- Indicaciones y contraindicaciones
  - 3.- Formas de aplicación
7. Criomasaje y Criocinética
  - 1.- Aplicación de criomasaje
  - 2.- Indicaciones del criomasaje
  - 3.- Contraindicaciones del criomasaje
  - 4.- Criocinética
8. Shiatsu. Masaje japonés
  - 1.- Beneficios del tratamiento con shiatsu

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VENDAJES**

1. Vendaje funcional
  - 1.- Técnicas del vendaje funcional
  - 2.- Indicaciones y contraindicaciones del vendaje funcional
  - 3.- Propiedades del vendaje funcional
2. Tipos de vendajes funcionales
  - 1.- Vendajes funcionales: hombro y codo

- 2.- Vendajes funcionales: muñeca
- 3.- Vendajes funcionales: tronco
- 4.- Vendajes funcionales: muslo y rodilla
- 5.- Vendajes funcionales tobillo y pie
- 3.Otros vendajes
  - 1.- Vendajes neuromuscular
  - 2.- Vendaje en el paciente con linfedema
  - 3.- Vendaje en el paciente amputado

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. RODILLA**

- 1.Anatomía y biomecánica de la rodilla
  - 1.- Exploraciones físicas en la rodilla
- 2.Resonancia magnética de partes blandas de la rodilla
- 3.Lesiones en la rodilla
  - 1.- Reumatismos de partes blandas en la rodilla
  - 2.- Rehabilitación de lesiones de la rodilla
  - 3.- Osteopatía
- 4.Electroestimulación en la articulación de la rodilla
- 5.Rehabilitación del miembro inferior en medio acuático

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD**

- 1.Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
  - 1.- Actividad física
  - 2.- Ejercicio físico
  - 3.- Condición física
- 2.Beneficios de la actividad física
  - 1.- Componentes de la actividad física
- 3.Efectos de la actividad física y la alimentación
  - 1.- Efectos sobre la obesidad
  - 2.- Efectos sobre la diabetes
  - 3.- Efectos sobre la hipertensión arterial
- 4.Cineantropometría
  - 1.- La antropometría
- 5.Ayudas ergogénicas
  - 1.- Características

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. PRIMEROS AUXILIOS**

- 1.Reanimación cardiopulmonar
- 2.Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
  - 1.- Congelación
  - 2.- Hipotermia
- 3.Calambre, agotamiento y golpe de calor

- 1.- Calambres por el calor
- 2.- Agotamiento por el calor
- 3.- Golpe de calor

## **PARTE 4. ENTRENADOR DEPORTIVO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA: DIFERENTES USOS DEL DEPORTE**

1. Conceptos generales
2. Logro y mantenimiento de la salud

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

1. Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
2. El sistema muscular
3. Articulaciones y movimiento
4. Los tendones

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA**

1. Fisiología muscular y sistemas energéticos
2. Fisiología cardio-circulatoria
3. Fisiología respiratoria
4. El sistema nervioso

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS**

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO**

1. El esquema corporal
2. El proceso de lateralización
3. Coordinación
4. Equilibrio
5. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
6. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO**

1. El entrenamiento y sus tipos
2. El desentrenamiento
3. Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt
4. Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación
5. Factores que intervienen en el entrenamiento físico

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO**

1. Programación del proceso de entrenamiento

2. Planificación del entrenamiento
3. Sesión de entrenamiento
4. Características de un buen entrenador

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA**

1. Deportes individuales
2. Deportes colectivos
3. Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte
4. Tipos de juegos
5. El juego como método de enseñanza
6. Iniciación deportiva
7. Tipos de juegos para la iniciación deportiva
8. Juegos de iniciación para deportes de equipo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE**

1. Atletismo
2. Natación
3. Bádminton
4. Judo
5. Tenis
6. Gimnasia rítmica
7. Gimnasia artística
8. Aeróbic
9. Voleibol
10. Baloncesto
11. Fútbol
12. Balonmano

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS**

1. Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalación
2. Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones
3. La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
6. ¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?
7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
8. Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento

9. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS**

1. Introducción a los primeros auxilios
2. Ahogamientos
3. Pérdida de conciencia
4. Crisis cardíacas
5. Crisis convulsivas
6. Hemorragias
7. Heridas
8. Las fracturas y luxaciones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE**

1. Ética profesional
2. Claves para el éxito

## **PARTE 5. GESTIÓN DE ENTIDADES Y CLUBES DEPORTIVOS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. LA INSTALACIÓN DEPORTIVA EN BASE AL CENSO NACIONAL**

1. La práctica deportiva I
2. La práctica deportiva II
3. Metodología y terminología utilizada
4. Tipos de instalaciones deportivas. Manual de interpretación del Censo Nacional de instalaciones deportivas 2010
5. La utilización de energías renovables en las instalaciones deportivas
6. Tipologías de espacios deportivos convencionales

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPAÑA**

1. Deporte y sociedad
2. Carta verde del deporte
3. Instalaciones deportivas en relación con la práctica deportiva
4. Instalaciones deportivas en los centros educativos

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESPACIOS DEPORTIVOS: ESPACIOS, CONDICIONES Y APARCAMIENTO**

1. Definiciones y características generales de los espacios deportivos
2. Condiciones del espacio: Salida y evacuación
3. Aparcamiento: Plazas y accesibilidad

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESPACIOS DEPORTIVOS CONVENCIONALES**

1. Piscinas: Generalidades
2. Piscinas de natación
3. Piscinas de waterpolo
4. Natación sincronizada

5. Piscinas de saltos
6. Pistas: Generalidades
7. Voleibol: temperatura, iluminación, superficie de juego y equipamiento
8. Baloncesto: campo de juego, iluminación, superficie de juego y equipamiento
9. Tenis: campo de juego, iluminación, equipamiento y superficie de juego
10. Balonmano: campo de juego, iluminación, superficie de juego y equipamiento
11. Fútbol sala: campo de juego, superficie y equipamiento
12. Squash: campo de juego, temperatura, iluminación y superficie de juego
13. Pádel: campo de juego, iluminación y superficie de juego
14. Bádminton: campo de juego, superficie y equipamiento
15. Campos: Generalidades
16. Fútbol 7: campo de juego, iluminación y superficie de juego
17. Fútbol: campo de juego, superficie, iluminación y equipamiento
18. Rugby: campo de juego, superficie, iluminación y equipamiento
19. Hockey sobre hierba: campo de juego, iluminación y superficie de juego

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LOS ESPACIOS COMPLEMENTARIOS EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS**

1. Entrada a los espacios deportivos
2. Recepción: Zonas de atención al público en las instalaciones deportivas
3. Circulaciones y Accesibilidad
4. Escaleras de circulación y de evacuación
5. Rampas de circulación y de evacuación
6. Ascensores
7. Puertas de Acceso y de evacuación
8. Pasillos de circulación y de evacuación
9. Protecciones
10. Pavimento
11. Aseos y vestuarios
12. Aparatos sanitarios
13. Botiquín
14. Gradas: Dimensiones y visibilidad
15. Señalización de accesibilidad
16. Condiciones y características de la información y señalización para la accesibilidad
17. Accesibilidad y supresión de barreras arquitectónicas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. PLANIFICACIÓN Y DISEÑO DE UNA INSTALACIÓN DEPORTIVA**

1. Programa de necesidades en una instalación deportiva
2. La planificación de una instalación deportiva: fases y principios generales
3. Criterios básicos de diseño
4. El proceso de diseño de una instalación deportiva y la organización funcional de los espacios

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. HERRAMIENTAS DE APOYO Y MEJORA DE LA CALIDAD DE LAS**

### **INSTALACIONES DEPORTIVAS**

- 1.El ciclo de vida de una instalación deportiva
- 2.Explotación y gestión. Introducción
- 3.Tipos de gestión de una instalación deportiva
- 4.Gestión directa
- 5.Gestión indirecta
- 6.Gestión mixta
- 7.Procedimientos de contratación: La preparación de los pliegos
- 8.Gestión de una instalación deportiva desde el punto de vista de la CALIDAD
- 9.Seguridad
- 10.Accesibilidad y Movilidad
- 11.La Certificación de las instalaciones deportivas
- 12.La gestión económica de las instalaciones deportivas

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. INCORPORACIÓN TRANSVERSAL DE LA SOSTENIBILIDAD AL CICLO DE VIDA DE LA INSTALACIÓN DEPORTIVA**

- 1.Sostenibilidad
- 2.Sistemas de certificación

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. FACTORES SOCIOECONÓMICOS QUE CARACTERIZAN LA GESTIÓN DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPAÑA**

- 1.Planteamiento económico de la infraestructura deportiva en España
- 2.Las entidades propietarias y gestoras de las instalaciones deportivas en España: tendencia progresiva hacia la gestión indirecta
- 3.La ubicación de las instalaciones deportivas
- 4.El régimen de acceso y los usuarios
- 5.Calidad y sostenibilidad