

DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN HIDROCINESIA

+

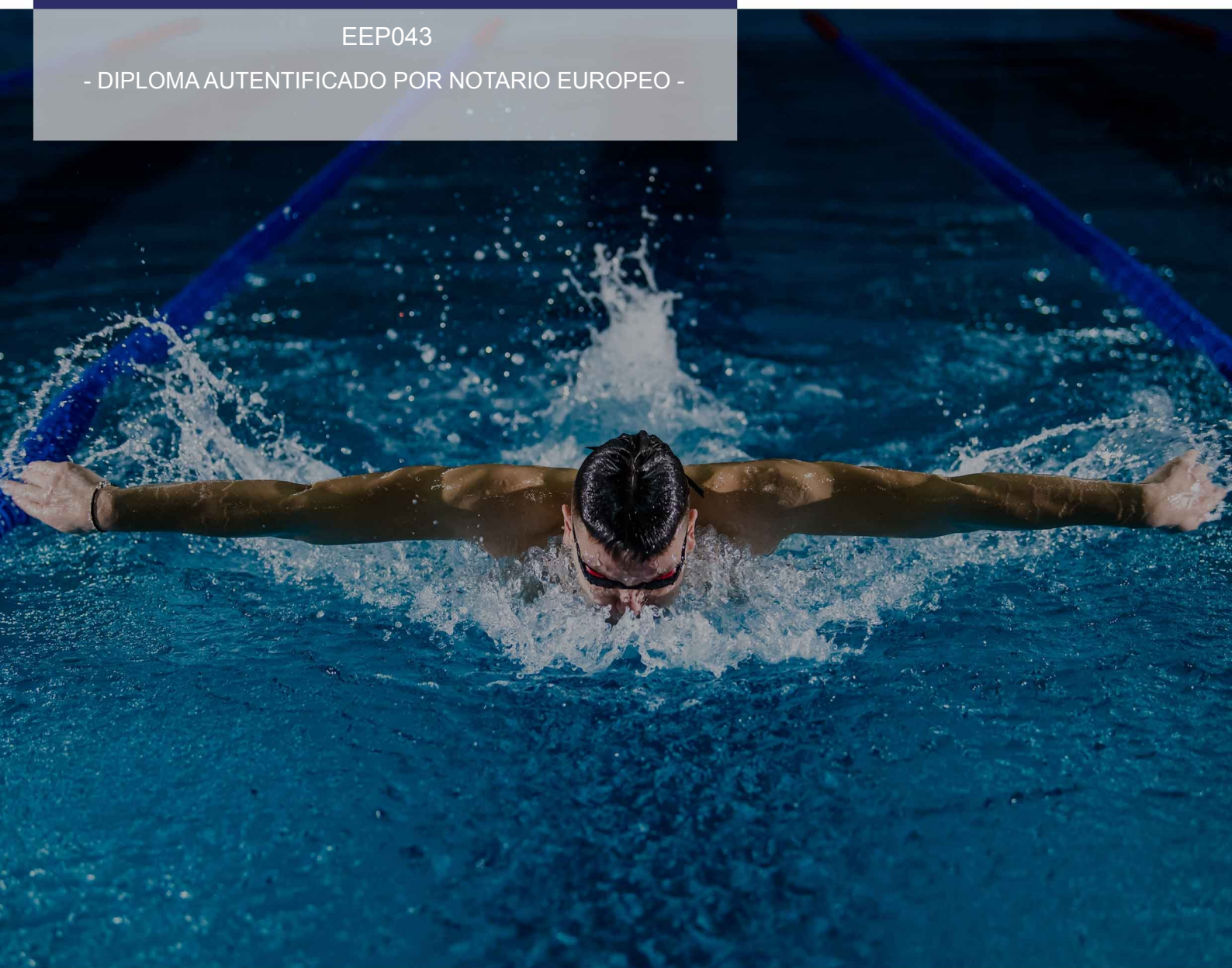
MÁSTER EN COACHING DEPORTIVO



Escuela Europea
del Deporte

EEP043

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



DESTINATARIOS

Esta Titulación está dirigida a empresarios, directivos, emprendedores, trabajadores, estudiantes y cualquier persona que pretenda adquirir los conocimientos necesarios en este ámbito profesional.

Permite conocer el diseño de protocolos de hidrocinesia, las disfunciones del aparato locomotor recuperables en el agua, el análisis diagnóstico, la organización y gestión de actividades, la dirección y dinamización de las sesiones, la instalación y los recursos, la intervención, la evaluación de programas, la comunicación, la seguridad y prevención y el Coaching Deportivo.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
600H



MODALIDAD
A DISTANCIA / ONLINE
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo



CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2380€
VALOR ACTUAL: 595€

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MÁSTER EN HIDROCINESIA + MÁSTER EN COACHING DEPORTIVO**”, de ESCUELA EUROPEA DEL DEPORTE, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP y AEC, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

REDES SOCIALES



CONTENIDO FORMATIVO

PARTE 1. HIDROCINESIA

UNIDAD FORMATIVA 1. DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HIDROCINESIA, RECUPERACIÓN, MANTENIMIENTO Y MEJORA FUNCIONAL EN EL MEDIO ACUÁTICO

1. Fundamentos biológicos en la recuperación y estabilización funcional en el agua.
2. Adaptación funcional y motricidad acuática.
3. Efectos de la desgravitación en el agua.
4. Concepto de salud.
5. Cuidado corporal a través del agua:
 - Termalismo,
 - Medio acuático y
 - Necesidad humana de movimiento,
 - Técnicas SPA.
 - Agua como factor de facilitación.
6. Movimientos activos y pasivos en el medio acuático.
7. Gimnasia de la actitud postural en el medio acuático
8. Contraindicaciones de aplicación de las actividades acuáticas en la recuperación/estabilización funcional.
 - Jerarquía de los protocolos de hidrocinesia:
 - Responsabilidades.
 - Dependencias (subordinación de protocolo).
 - Fundamentos de hidrocinesia:
 - Campo de aplicación.
 - Contraindicaciones.
9. Propiocepción, tonificación muscular, resistencia cardiovascular y flexibilidad a través de técnicas y actividades de hidrocinesia.
10. Fundamentos de psicología y sociología en hidrocinesia:
 - Agua.
 - Salud mental.
 - Motivaciones para la práctica de este tipo de actividades.
 - Interacción.
 - Evolución de la actitud en actividades de hidrocinesia.
 - Características y necesidades.
11. Tipologías de usuarios más frecuentes en actividades de hidrocinesia:
 - Embarazadas.
 - Mayores de 65 años.
 - Obesos.
 - Estresados.
 - Afectados del raquis.
 - Post rehabilitados.
 - Otros colectivos especiales.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DISFUNCIONES DEL APARATO LOCOMOTOR RECUPERABLES EN EL AGUA

1. Fisiología articular: tipos de articulaciones:
 - Articulaciones más significativas.
 - Movimientos articulares.
 - Planos y ejes de movimiento.
 - Relaciones funcionales.
 - Alteraciones articulares más significativas.
 - Repercusión en la postura.
 - Capacidad funcional.
 - Recuperación en el agua de las alteraciones articulares:
2. Raquis:
 - Actitud postural.
 - Alteraciones segmentarias y globales, alteraciones.
 - Trastornos.
 - Disfunciones intervertebrales.
 - Las actividades acuáticas y las patologías del raquis.
3. Cadenas musculares:
 - Acortamientos.
 - Atonía e hipertonía muscular.
 - Desequilibrios musculares en las cadenas cinéticas.
 - Alteraciones musculares.
 - Actitud postural.
 - La actividad acuática como factor de equilibrio y reequilibrio en las descompensaciones musculares.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO EN HIDROCINESIA

1. Fuentes de información.
2. Interpretación de datos y resultados obtenidos a partir de:
 - Tests de aptitud física.
 - Pruebas básicas de valoración biológica.
 - Análisis postural.
 - Pruebas de autonomía personal.
 - Pruebas antropométricas.
 - Pruebas de desarrollo motor.
 - Destreza acuática.
 - Cuestionarios
 - Informes.
3. Integración y tratamiento de la información obtenida:
 - Modelos de documentos.
 - Registro físico.
 - Soportes y recursos informáticos.
 - Flujo de la información: ubicación y comunicación de los datos elaborados.
 - Recogida de datos e información:
 - Tipos de usuarios y clientes.
 - Infraestructura.
 - Espacios y materiales a utilizar.
 - Recursos humanos.
4. Análisis diagnóstico - orientaciones para la concreción de la Programación General:
 - Análisis del contexto de intervención.
 - Estructura del programa de referencia: modelos de programa y programas alternativos.

- Metodología y proceso de elaboración.
- Objetivos a cumplir.
- Adecuación y respuesta a las necesidades y expectativas de la demanda.
- El análisis diagnóstico como referente para el diseño de protocolos de hidrocinésia: oferta adaptada de actividades.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA

1. Tipologías de protocolos en función de:

- Género.
- Edad.
- Necesidades y expectativas.
- Disfunciones habituales
- Prescripciones clínico-preventivas
- Aplicación individualizada o en grupo.
 - Técnicas y aplicaciones:
- Técnicas genéricas.
- Recursos hidrotermales.
- Técnicas SPA.
- Técnicas de masaje de preparación.
- Técnicas de recuperación.
- Técnicas de rehabilitación complementarias.
- Sauna.
- Baño de vapor
- Jacuzzi.
- Vasos de contrastes.

2. Metodología de diseño de protocolos de hidrocinésia:

- Imbricación del protocolo dentro de la programación general de la entidad.
- Establecimiento de objetivos operativos a partir del análisis diagnóstico.
- Selección y diseño de actividades: adaptadas a los objetivos, a las características de los usuarios y los recursos disponibles.
- Estrategias metodológicas de dirección y dinamización de las actividades.
- Técnicas de instrucción: selección y adaptación a las habilidades motrices a utilizar en los protocolos.
- Factores, patologías y lesiones que dificultan el aprendizaje.
- Diseño de progresiones y tareas motrices según el proceso de adquisición de la habilidad motriz y los factores que dificultan el aprendizaje en los diferentes protocolos de hidrocinésia.
- Selección, secuenciación y temporalización de las actividades de hidrocinésia.
- Recursos materiales en función de las características de los usuarios y las capacidades a desarrollar.
- Recursos didácticos. Símbolos y esquemas gráficos.
- Estructura de la sesión.
- Técnicas de motivación
- Planificación de actividades complementarias acuáticas o no acuáticas según tipo de protocolo
- Posibles contraindicaciones.
- Técnicas complementarias.
- Evaluación del protocolo: técnicas, instrumentos y periodicidad.
- Registro documental del protocolo: estructura, soporte y recursos ofimáticos.

3. Técnicas complementarias a los protocolos de hidrocinésia:

- Ayudas complementarias psicológicas.
- Ayudas complementarias ergogénicas.

- Ayudas complementarias fisiológicas.
- Adaptaciones y ayudas complementarias derivadas de sistemas de otros ámbitos del entrenamiento físico-deportivo.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE ACTIVIDADES DE HIDROCINESIA

1. Fundamentos - Marco teórico:

- Legislación sobre el uso y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas de hidrocinesia.
- Tipos y características de las instalaciones acuáticas de hidrocinesia.
- Organización y gestión general de los recursos: recursos humanos.
- Confección y control de presupuestos; gestión de materiales y almacenes.
- Supervisión y control del material en instalaciones acuáticas de hidrocinesia.

2. Asignación y gestión de recursos para el desarrollo de protocolos de hidrocinesia:

- Características de la instalación acuática versus las tipologías de protocolos de hidrocinesia más habituales.
- Asignación y adaptación de recursos en función de un protocolo de referencia.
- Gestión de instalaciones y recursos para las tipologías de protocolos de hidrocinesia más habituales.
- Criterios de seguridad en el desarrollo de protocolos de hidrocinesia.

UNIDAD FORMATIVA 2. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE SESIONES DE HIDROCINESIA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES Y RECURSOS EN HIDROCINESIA

1. Criterios de clasificación de las instalaciones acuáticas.
2. El vaso/espacio acuático.
3. Normativa actual de construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
4. La accesibilidad en las instalaciones acuáticas: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones.
5. Descripción de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
6. Sistemas de seguridad de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
7. Plan de mantenimiento de las instalaciones acuáticas, sus equipamientos, equipos y materiales:
 - El mantenimiento de los espacios deportivos y auxiliares: preventivo y correctivo.
 - El mantenimiento de los equipamientos y equipos: preventivo y correctivo.
 - El mantenimiento de los materiales habituales: preventivo y correctivo.
8. Confort ambiental y medidas de ahorro.
9. Recursos y materiales específicos.
10. Recursos y materiales de apoyo complementario.
11. Conservación y mantenimiento.
12. Adaptación de espacios acuáticos convencionales.
13. Material acuático de flotación propio de la hidrocinesia:
 - Cinturones,
 - Churros,
14. Material de inmersión propio de la hidrocinesia:
 - Aros,
 - Picas,

- Material de lastre,
 - Material de resistencia,
 - Colchonetas,
 - Step
 - Otros.
15. Material de tonificación mediante flotación y lastre propio de la hidrocinesia.
 16. Gomas elásticas a utilizar en los protocolos de hidrocinesia.
 17. Otros materiales acuáticos y elementos propios de la hidrocinesia.
 18. La comunicación en los protocolos de hidrocinesia:

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERVENCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN HIDROCINESIA

1. Adquisición y recuperación de las capacidades condicionales y coordinativas en hidrocinesia.
2. Condiciones de práctica en hidrocinesia.
3. Interpretación y comprobación de los datos del análisis diagnóstico en el desarrollo de las sesiones de hidrocinesia:
 - Disponibilidad y estado del material y recursos necesarios.
 - Características de los participantes.
 - Necesidades de los participantes.
 - Expectativas de los participantes.
 - Limitaciones de los participantes.
 - Mejora y evolución de los participantes.
 - Motivación y predisposición para la práctica de cada una de las sesiones.
 - Establecimiento de las adaptaciones necesarias.
4. Estrategias metodológicas de aplicación e instrucción de los protocolos de hidrocinesia:
 - En función de la naturaleza de las actividades incluidas en las tipologías más habituales de protocolos de hidrocinesia.
 - En función del colectivo diana.
 - En función de su aplicación individualizada o en grupo.
5. La instrucción en actividades de hidrocinesia.
6. Aplicación de técnicas de naturaleza y uso habitual en hidrocinesia.
7. Organización de la sesión de hidrocinesia:
 - Inicio y toma de contacto con el agua.
 - Desarrollo del núcleo principal.
 - Finalización, asimilación y toma de conciencia de las experiencias motrices y sensoriales en el agua.
 - Complemento de otras técnicas hidrotermales.
8. Control, dirección y dinamización en el desarrollo de actividades de hidrocinesia:
 - Grupo de trabajo (características del mismo).
 - Ubicación
 - Desplazamiento del técnico y del grupo.
 - Utilización y disposición del material.
 - Diseño de entornos de trabajo.
 - Control de participación de los usuarios.
 - Control de la contingencia.
 - Previsión de incidencias.
 - Control de uso del material.
 - Interacción técnico - usuario (dirección y dinamización de las actividades).
 - Dinámica relacional en hidrocinesia.
 - Técnicas de dirección y dinamización de grupos.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EVALUACIÓN EN PROGRAMAS DE HIDROCINESIA

1. Procesos y periodicidad de la evaluación en relación al programa de referencia
2. Aspectos cuantitativos y cualitativos de la evaluación.
3. El diseño de los procesos de la evaluación:
 - Objetivos, indicadores, técnicas para la recogida de datos.
 - Instrumentos y métodos para la recogida de datos.
 - Procesamiento de la información.
 - Análisis e interpretación de la información.
 - Establecimiento de medidas correctoras.
4. Evaluación del proceso, resultados y calidad del servicio.
5. Periodicidad de la evaluación.
6. Evaluación operativa de programas de actividades de hidrocinesia a diferentes tipos de usuarios.
7. Aspectos elementales de la evaluación operativa:
 - Objetivos.
 - Evaluación de programas.
 - Evaluación del aprendizaje.
 - Proceso de la evaluación.
 - Medidas correctoras atendiendo a la evaluación.
 - Herramientas de observación, control y evaluación.
 - Control básico del desarrollo de la sesión.
8. Control de la participación.
9. Control de la contingencia y previsión de incidencias.
10. Control del uso de la instalación, su equipamiento, equipos y materiales.
11. Registro, tratamiento e interpretación de datos.
12. Confección de memorias.
13. Control de la calidad del servicio.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA APLICADOS A LOS DISCAPACITADOS

1. Tipos de discapacidad:
 - Física.
 - Psíquica.
 - Sensorial.
 - Cognitiva.
 - Problemas de aprendizaje.
2. Metodología específica.
3. Determinación de objetivos según tipo de discapacidad.
4. Planificación de actividades acuáticas específicas o adaptadas según discapacidad.
5. Diseño de progresiones.
6. Dinamización de grupos adaptado a las diferentes discapacidades.
7. Interacción.
8. Evaluación.
9. Pautas específicas de intervención para:
 - Síndrome de Dawn.
 - Niños con trastornos graves del desarrollo.
 - Trastornos de la visión.
 - Parálisis cerebral.
 - Trastornos auditivos.
 - Espina bífida.
 - Poliomielitis.
 - Tetraplegias.

- Paraplejías.
- Amputados.
- Autismo.
- Otros.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA COMUNICACIÓN EN LOS PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA

1. El proceso comunicativo.
2. La comunicación verbal:
 - Centrado en el contenido (enseñanza, contenido, memorización).
 - Centrado en la actuación (aprendizaje, procesamiento información, aplicación información).
3. La comunicación no verbal:
 - Funciones de la comunicación no verbal.
 - Componentes orales o paralingüística (volumen, tono, velocidad, Fluidez)
 - Componentes no orales o corporales (proxémica, postura, mirada, expresión facial, sonrisa)
 - Elementos de la comunicación no verbal.
4. Uso de la relación espacial o cantidad de espacio entre los interlocutores.
5. Utilización de las imágenes y las metáforas como enseñanza.
6. Técnicas de contacto o toque.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL LA HIDROCINESIA

1. Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental, de seguridad y de salud laboral en instalaciones deportivas acuáticas específicas para hidrocinesia:
 - Riesgos característicos de las instalaciones, equipos, máquinas y procedimientos operativos más comunes en dichas instalaciones.
 - Evacuación preventiva y de emergencia en dichas instalaciones
 - Legislación básica sobre seguridad y prevención.
 - Utilización de los diferentes materiales de ayuda a minusválidos (sillas elevadoras, entre otros recursos).

PARTE 2. COACHING DEPORTIVO

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING

UNIDAD DIDÁCTICA 1. COACHING: CONCEPTO, DISCIPLINA E HISTORIA

1. El concepto de *coaching*
 - Origen etimológico
 - Definiciones
2. Historia del *coaching*
 - Orígenes filosóficos
 - Influencias de la Edad Moderna
 - Siglo XIX: Stuart Mill, Kierkegaard y Nietzsche
 - Corrientes del siglo XX
3. Diferencias entre el *coaching* y otras disciplinas
 - *Mentoring* vs. *Coaching*
 - Consultoría vs. *Coaching*
 - Tutoría vs. *Coaching*
 - *Feedback* vs. *Coaching*

- Evaluación vs. *Coaching*
- Terapia psicológica y psiquiátrica vs. *Coaching*

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH

1. Aptitudes
2. Errores más comunes del *coach*

UNIDAD DIDÁCTICA 3. COACHEE: EL PROTAGONISTA DEL PROCESO

1. ¿Quién es el *coachee*?
 - Características del *coachee*
2. Aspectos sociales y cognitivos del *coachee*

UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISCIPLINAS DEL COACHING

1. Disciplinas del *coaching*
 - Según el contenido
 - *Coaching* personal, de vida o *life coach*
 - *Coaching* ejecutivo o estratégico
 - *Coaching* empresarial
 - *Coaching* nutricional
 - *Coaching* deportivo o *personal training*
 - *Coaching* educativo, infantil y adolescente
 - *Coaching* familiar y de parejas
 - Según el método
 - *Coaching* sistémico
 - *Coaching* ontológico
 - *Coaching* con inteligencia emocional
 - *Coaching* coercitivo
 - *Coaching* PNL
 - *Coaching* cognitivo
 - *Coaching* Wingwave®
 - Según el modelo
 - Modelo anglosajón y/o estadounidense: *coaching* pragmático
 - Modelo sudamericano o chileno: *coaching* ontológico
 - Modelo europeo o continental: *coaching* humanista

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓDIGO ÉTICO Y DEONTOLÓGICO DEL COACHING

1. Consideraciones deontológicas y éticas del *coaching*
 - Código ético y deontológico según la International Coach Federation
 - Normas del código deontológico de la ICF
 - Juramento de la ética profesional de la ICF
 - Código ético y deontológico según la Asociación Española de Coaching
 - Código ético y deontológico
 - Responsabilidades del *coach*
 - Ámbito de aplicación
 - Estándares de conducta ética
 - Compromiso ético

UNIDAD DIDÁCTICA 6. SESIONES DE COACHING

1. Soy *coach* ¿por dónde empiezo?
 - Metodología
2. Desarrollo de una sesión de *coaching*

- Fase I: establecer la relación de *coaching*
 - Primera sesión de *coaching*
 - Fase II: planificar la acción
 - Fase III: el ciclo de *coaching*
 - Fase IV: evaluación y seguimiento
3. Predisposición de avanzar del *coachee*
 - Catalizadores de avances
 - Catalizadores paralizantes
 - Aprendizaje en el *coaching*
 - Niveles de aprendizaje
 4. Fin del proceso de *coaching*
 - ¿Cuándo derivar a un psicólogo o a un psiquiatra?

MÓDULO 2. APLICACIÓN DEL COACHING AL DEPORTE

UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTRODUCCIÓN AL COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es el *coaching* deportivo?
 - Beneficios
 - Orígenes
2. Perfil del *coach* deportivo
 - Cualidades y habilidades
 - Liderazgo

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VALORES Y ACTITUDES EN EL DEPORTE

1. Comunicación
2. Grupo, equipo y cohesión
3. Motivación
 - Motivación del logro y competitividad
4. Autoconfianza
5. Empatía
6. Deportividad

UNIDAD DIDÁCTICA 9. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la psicología del deporte?
 - Funciones del psicólogo deportivo
 - Diferencias entre psicólogo del deporte y *coach* deportivo
 - Similitudes entre la psicología del deporte y el *coaching* deportivo
2. Personalidad en el deporte y el ejercicio físico
 - ¿Cómo se forma la personalidad?
 - Personalidad y deporte
3. Gestión de las emociones
 - ¿Qué son las emociones?
 - Tipos de emociones
 - Regulación emocional
 - Arousal, ansiedad y estrés
 - Estrés deportivo
4. *Flow* en el deporte
 - Alcanzar la sensación de flujo

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PNL APLICADA AL COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la programación neurolingüística?
 - PNL y deporte
2. Sistema representacional (Vakog)
3. Método WingWave®
4. Visualización
 - Tipos de visualización
5. *Feedback* y refuerzo
 - *Feedback* en el deporte
 - Principio de refuerzo

SOLUCIONARIO

BIBLIOGRAFÍA