

CONTENIDOS

1. TÉCNICAS DE DESARROLLO FÍSICO Y APTITUDINAL.

CONCEPTO DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE
EL MONITOR DEPORTIVO: DEFINICIÓN Y CUALIFICACIÓN
APRENDIZAJE MOTOR
PSICOMOTRICIDAD. CUALIDADES PSICOMOTRICES
CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS
DIDÁCTICA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA DEL CUERPO HUMANO
SALUD Y EJERCICIO FÍSICO
TRAUMATOLOGÍA DEPORTIVA Y LESIONES MÁS FRECUENTES
PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y LA ACTIVIDAD FÍSICA.

2. TÉCNICAS DE DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS.

INICIACIÓN DEPORTIVA
ACERCAMIENTO TEÓRICO CONCEPTUAL DEL DEPORTE
EL FÚTBOL
EL BALONCESTO
EL BALONMANO
EL VOLEIBOL
OTROS.

3. TÉCNICAS DE DESARROLLO FÍSICO INTEGRAL.

EL FITNESS
LA MUSCULACIÓN

4. TÉCNICAS DE GESTIÓN.

TEORÍA DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO
LOS PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO

5. SEGURIDAD E HIGIENE.

6. PRIMEROS AUXILIOS.