



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Entrenador Técnico del Portero de Fútbol + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva (Doble Titulación + 8 Créditos ECTS)





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y acreditaciones

4 | By EDUCA EDTECH Group

5 | Metodología LXP

6 | Razones por las que elegir Euroinnova

7 | Financiación y Becas

8 | Métodos de pago

9 | Programa Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiantes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminentemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de

19

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
FAMILIA
NUMEROSA

20% Beca
DIVERSIDAD
FUNCIONAL

20% Beca
PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

Entrenador Técnico del Portero de Fútbol + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva (Doble Titulación + 8 Créditos ECTS)



DURACIÓN
400 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPANIAMIENTO
PERSONALIZADO**



CREDITOS
8 ECTS

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Entrenador Técnico del Portero de Fútbol con 200 horas expedida por EUROINNOVA INTERNACIONAL ONLINE EDUCATION, miembro de la AEEN (Asociación Española de Escuelas de Negocios) y reconocido con la excelencia académica en educación online por QS World University Rankings - Titulación Propia de Nutrición de la Práctica Deportiva con 200 horas expedida por la Universidad Europea Miguel de Cervantes acreditada con 8 ECTS Universitarios (Curso Universitario de Especialización de la Universidad Europea Miguel de Cervantes) Este Curso de Entrenador de Fútbol Online, es de carácter no oficial, y de acuerdo a la Disposición Adicional Octava del R.D. 1363/2007 del 24 de Octubre. BOE nº268 del 8 de Noviembre de 2007 no sería objeto de homologación/convalidación automática por la Conserjería de Educación de la Comunidad Autónoma correspondiente o del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con Número de Documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EUROINNOVA en la convocatoria de XXX

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXXXXX-XXXXXX

Con un nivel de aprovechamiento ALTO

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en
Granada, a (día) de (mes) del (año)

La Dirección General
NOMBRE DEL DIRECTOR ACADÉMICO



Sello

Firma del Alumno/a
NOMBRE DEL ALUMNO



La presente formación es parte del Plan de Formación de la Universidad de Granada y se imparte en el marco de la colaboración con la Universidad de Granada y el Consorcio de Centros de Formación de Granada. El presente documento es una copia de la formación recibida y no tiene validez jurídica alguna. El presente documento es una copia de la formación recibida y no tiene validez jurídica alguna. El presente documento es una copia de la formación recibida y no tiene validez jurídica alguna. El presente documento es una copia de la formación recibida y no tiene validez jurídica alguna.

Descripción

Si le interesa el ámbito del deporte y en especial el fútbol y está interesado en conocer los aspectos fundamentales sobre la nutrición deportiva y la función del entrenador de porteros de fútbol este es su momento, con el Curso de Entrenador Técnico del Portero de Fútbol + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta labor de la mejor manera posible. El fútbol es un deporte de equipo, pero no todos los jugadores tienen la misma responsabilidad, en este caso podemos decir que el portero es el jugador más importante del equipo ya que tiene que realizar su trabajo sin cometer ningún fallo. Realizando este Curso conocerá los factores que inciden en esta figura y a poder aprender sus técnicas con éxito. Además el Curso ofrece un acercamiento a la dietética y nutrición en el ámbito deportivo para conocer las necesidades nutricionales de las/los deportistas para elaborar dietas equilibradas y acordes a su gasto energético.

Objetivos

- 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.
- Proporcionar los conocimientos necesarios para elaborar un plan alimentario adecuado para las personas que realizan alguna actividad deportiva, ya sea a nivel profesional o simplemente o como medida para mantenerse en forma.
- Conocer la posición básica.
- Realizar desplazamientos.

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

- Perfeccionar los desvíos/despejes.
- Realizar saque de mano.
- Controlar el pase.
- Mejorar la cobertura.
- Realizar regates.

A quién va dirigido

Este Curso de Entrenador Técnico del Portero de Fútbol + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva está dirigido a personas que deseen especializarse en nutrición deportiva, así como a aquellos profesionales del deporte que deseen especializarse en fútbol o bien seguir formándose en la materia gracias a la realización de este curso de entrenador de porteros de fútbol. (La presente formación va dirigida al entrenamiento de Equipos de Fútbol no profesionales así como para ejercer como DIRECTOR DEPORTIVO de un Equipo: para equipos profesionales consultar con la Federación de Fútbol correspondiente)

Para qué te prepara

El presente Curso de Entrenador Técnico del Portero de Fútbol + Especialización en Nutrición de la Práctica Deportiva ofrece al alumno, desde una visión de los conceptos fundamentales de la dietética y nutrición, la posibilidad de disponer de las competencias necesarias para elaborar y/o supervisar la alimentación que reciben las personas que realizan algún deporte. Además el Curso le prepara para tener una visión amplia sobre el fútbol y más específicamente sobre la figura del portero, prestando atención a los factores específicos que influyen esta figura para aprender y enseñar las técnicas oportunas del portero de fútbol con éxito. Este Curso de Entrenador de Fútbol Online, es de carácter no oficial, y de acuerdo a la Disposición Adicional Octava del R.D. 1363/2007 del 24 de Octubre. BOE nº268 del 8 de Noviembre de 2007 no sería objeto de homologación/convalidación automática por la Conserjería de Educación de la Comunidad Autónoma correspondiente o del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.

Salidas laborales

Deporte / Actividad Física / Entrenador / Entrenador de porteros.

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

TEMARIO

PARTE 1. ENTRENADOR DE PORTERO DE FÚTBOL

MÓDULO 1. PRESENTACIÓN, OBJETIVOS Y CONTENIDO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN

1. Presentación.
2. Objetivos.
3. Contenido.

MÓDULO 2. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS PREVIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 2. LA POSICIÓN BÁSICA

1. Concepto.
2. Objetivo.
3. Consideraciones.
 1. - La posición de las rodillas.
 2. - La posición de las manos y los brazos.
 3. - La posición de las puntas de los pies.
 4. - El equilibrio de la tensión corporal.
4. Posición estática de reducción de espacios.
5. Consideraciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LOS DESPLAZAMIENTOS

1. Concepto.
2. Objetivo.
3. Tipos de desplazamientos.
 1. - Desplazamientos frontales.
 2. - Desplazamientos laterales.
 3. - Desplazamientos laterales cruzando el paso.
 4. - Desplazamientos dorsales.
 5. - Desplazamientos dorsal lateral.

MÓDULO 3. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS DE RECUPERACIÓN DE BALÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL BLOCAJE SIN CAÍDA

1. Concepto.
2. Tipos de bloqueo sin caída.
 1. - Bloqueo de manos.
 2. - Bloqueo de manos en dos tiempos.
 3. - Bloqueo de pecho.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. EL BLOCAJE CON CAÍDA

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

1. Concepto.
2. Tipos de bloqueo con caída.
 1. - Bloqueo frontal a ras de suelo.
 2. - Bloqueo frontal a media altura.
3. Bloqueo con caída.
 1. - Bloqueo frontal con caída.
 2. - Bloqueo frontal a media altura.
4. Bloqueo lateral con caída.
 1. - Bloqueo lateral a ras de suelo.
 2. - Bloqueo lateral a media altura o alto sin fase de vuelo.
 3. - Bloqueo lateral a media altura o alto con fase de vuelo.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL BLOQUEO AÉREO

1. Concepto.
2. Consideraciones.
3. La colocación inicial.
4. El cálculo de la trayectoria del balón.
5. El desplazamiento.
 1. - El desplazamiento en centros al área procedentes de zonas frontales.
 2. - Desplazamientos en centros al área procedentes de zonas laterales.
6. La ejecución del salto.
7. El bloqueo.
 1. - La posición de las manos y los brazos.
 2. - El bloqueo.
 3. - La amortiguación del balón.

MÓDULO 4. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS DEFENSIVOS DE NO RECUPERACIÓN DEL BALÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL DESVIÓ

1. Concepto.
2. Objetivos.
3. Consideraciones.
4. Tipos de desvió.
5. El desvió lateral a una mano.
 1. - El desvió a una mano a ras de suelo.
 2. - El desvió a una mano a media altura o alto.
 3. - El desvió a una mano cambiada.
6. El desvió lateral a dos manos.
 1. - El desvió a dos manos a media altura.
 2. - El desvió a dos manos a ras de suelo.

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL RECHACE.

1. Concepto.

UNIDAD DIDÁCTICA 9. LAS INCORPORACIONES

1. Concepto.
2. Objetivos.
3. Consideraciones.
4. Tipos de incorporaciones.
 1. - Incorporación al estado natural (vuelta a la posición básica).
 2. - Incorporación hacia el mismo lado de la estirada.
 3. - Incorporación hacia el lado contrario de la estirada (rotación en el suelo).

UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL DESPEJE DE PUÑOS

1. Concepto.
2. Consideraciones.
 1. - La colocación inicial.
 2. - El cálculo de la trayectoria del balón.
 3. - El desplazamiento.
3. - El despeje.
4. Tipos de despeje de puños.
 1. - El despeje con un puño.
 2. - El despeje con dos puños.
 3. - El despeje frontal con dos puños.

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LA PROLONGACIÓN

1. Concepto.
2. Tipos de prolongación.
 1. - La prolongación frontal por encima del larguero.
 2. - La prolongación lateral por encima del larguero.

MÓDULO 5. FUNDAMENTOS TÉCNICOS ESPECÍFICOS OFENSIVOS

UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL SAQUE DE MANO

1. Concepto.
2. Consideración.
3. Tipos de saque de mano.
 1. - Saque de mano a ras de suelo.
 2. - Saque de mano picado.
 3. - Saque de mano picado sin movimiento circular del brazo.
 4. - Saque de mano aéreo o largo.

UNIDAD DIDÁCTICA 13. EL SAQUE DE PIE

1. Concepto.
2. Tipos de saque de pie.
 1. - Saque de volea.
 2. - Saque de media volea o semivolea.
 3. - Saque rodado o con el balón en juego.

MÓDULO 6. FUNDAMENTOS TÉCNICOS INESPECÍFICOS

UNIDAD DIDÁCTICA 14. EL CONTROL

1. Concepto.
2. Consideraciones.
3. Tipos de control.
 1. - Control clásico.
 2. - Control orientado.
 3. - Control de amortiguación.
4. Superficies más comunes utilizadas.
 1. - Interior del pie.
 2. - Exterior del pie.
 3. - Empeine.
 4. - Muslo.
 5. - Pecho.
 6. - Abdomen.
 7. - Cabeza.

UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA CONDUCCIÓN

1. Concepto.
2. Consideraciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 16. EL PASE

1. Concepto.
2. Consideraciones.
3. Tipos de pase.
 1. - Pase con el interior.
 2. - Pase con el empeine.
 3. - Pase con la parte interior del empeine.
 4. - Pase con la parte exterior del empeine.

UNIDAD DIDÁCTICA 17. EL DESPEJE

1. Concepto.
2. Consideraciones.
3. Tipos de despeje.
 1. - Despeje a ras de suelo con el empeine.
 2. - Despeje a ras de suelo con el interior.
 3. - Despeje a bote pronto con el empeine.
 4. - Despeje a bote pronto el interior.
 5. - Despeje de volea con el empeine.
 6. - Despeje de volea con el interior.

UNIDAD DIDÁCTICA 18. LA COBERTURA

1. Concepto.
2. Consideraciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 19. EL REGATE

[Ver en la web](#)



1. Concepto.
2. Consideraciones.

PARTE 2. NUTRICIÓN DEPORTIVA

MÓDULO 1. NECESIDADES NUTRICIONALES Y ESTUDIO DE LOS NUTRIENTES

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCEPTOS Y DEFINICIONES

1. Concepto de bromatología
2. Concepto de alimentación
3. Concepto de nutrición
4. Concepto de alimento
5. Concepto de nutriente
6. Concepto de dietética
7. Concepto de dieta
8. Concepto de ración
9. Concepto de dietista-nutricionista
10. Concepto de salud
11. Concepto de enfermedad

UNIDAD DIDÁCTICA 2. CLASIFICACIÓN DE ALIMENTOS Y NUTRIENTES. GUÍAS ALIMENTARIAS

1. Clasificación de los alimentos
2. Clasificación de nutrientes
3. Necesidades de nutrientes: pirámide nutricional

UNIDAD DIDÁCTICA 3. EL SISTEMA DIGESTIVO

1. Conceptos básicos
2. Anatomía y fisiología del aparato digestivo
3. Proceso de la digestión

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NECESIDADES NUTRICIONALES

1. Transformaciones energéticas celulares
2. Unidades de medida de la energía
3. Necesidades energéticas del adulto sano
4. Valor calórico de los alimentos

UNIDAD DIDÁCTICA 5. HIDRATOS DE CARBONO

1. Definición y generalidades
2. Clasificación
3. Funciones
4. Metabolismo de los hidratos de carbono
5. La fibra dietética

UNIDAD DIDÁCTICA 6. LÍPIDOS

Ver en la web



1. Definición y generalidades
2. Funciones
3. Distribución
4. Clasificación
5. Metabolismo lipídico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROTEÍNAS

1. Definición y generalidades
2. Aminoácidos
3. Proteínas
4. Metabolismo de las proteínas
5. Necesidades de proteínas
6. Valor proteico de los alimentos
7. Enfermedades relacionadas con las proteínas

UNIDAD DIDÁCTICA 8. VITAMINAS

1. Introducción
2. Funciones
3. Clasificación
4. Necesidades reales y complejos vitamínicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MINERALES

1. Introducción
2. Clasificación
3. Características generales de los minerales
4. Funciones generales de los minerales

UNIDAD DIDÁCTICA 10. IMPORTANCIA NUTRICIONAL DEL AGUA

1. Introducción y características del agua
2. El agua en el cuerpo humano
3. Recomendaciones sobre el consumo de agua
4. Trastornos relacionados con el consumo de agua
5. Contenido de agua en los alimentos

MÓDULO 2. ESTUDIO DE LOS ALIMENTOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (I)

1. Valor nutritivo de los alimentos
2. Clasificación de los alimentos
3. Alimentos de origen animal

UNIDAD DIDÁCTICA 2. VALOR NUTRITIVO Y COMPOSICIÓN DE LOS ALIMENTOS (II)

1. Alimentos de origen vegetal
2. Cereales y derivados

3. Verduras y Hortalizas
4. Setas y algas
5. Legumbres
6. Frutas y frutos secos
7. Grasas vegetales
8. Otros alimentos
9. Alimentos estimulantes
10. Condimentos y especias

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MANIPULACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Introducción
2. Higiene de los alimentos
3. Calidad alimentaria

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS ALIMENTOS

1. Operaciones a temperatura ambiente
2. Operaciones de cocción

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CONSERVACIÓN DE LOS ALIMENTOS

1. Conservación de los alimentos
2. Clasificación de los métodos de conservación de los alimentos
3. Métodos físicos
4. Métodos químicos
5. Tecnologías emergentes
6. Consejos en la adquisición de alimentos
7. Consumo responsable
8. Los hábitos alimenticios: origen y cambio

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TCA Y BDN, INGESTAS RECOMENDADAS Y ETIQUETADO DE ALIMENTOS

1. Tablas de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales
2. Ingestas recomendadas
3. Etiquetado de los alimentos

MÓDULO 3. NUTRICIÓN DEPORTIVA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. MIOLOGÍA 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

[Ver en la web](#)



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

¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

¡Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 900 831 200

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.edu.es

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By
EDUCA EDTECH
Group