

Especialización Profesional

Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad





Especialización Profesional Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad

Modalidad: Online

Titulación: TECH Formación Profesional

Duración: 6 meses

Horas: 450

Acceso web: www.tech-fp.com/actividades-fisicas-deportivas/especializacion-profesional/alto-rendimiento-deportivo-estadistica-nutricion-entrenamiento-movilidad

Índice

01

Presentación

pág. 4

02

Requisitos de acceso

pág. 6

03

Salidas profesionales

pág. 8

04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

pág. 10

05

Dirección del curso

pág. 12

06

Plan de formación

pág. 16

07

Metodología

pág. 22

08

Titulación

pág. 26

01

Presentación

Para ser parte del equipo ganador debes prepararte con los mejores. Es por eso, que esta Especialización Profesional todo lo necesario para convertirte en un experto en estadística, nutrición y entrenamiento de movilidad en alto rendimiento deportivo. Habilidades con las que podrás ayudar a otros a aumentar su potencial en las actividades deportivas en las que se desempeñen o simplemente en su crecimiento personal. Es así como este programa, de carácter 100% online, te permitirá desarrollar un pensamiento crítico y analítico para generar protocolos y procedimientos innovadores. Lo anterior, a partir de diferentes tipos de tecnologías. Esta titulación te llevará a los más destacados clubes deportivos o empresas de salud y bienestar, los cuales demandan cada vez más a profesionales capacitados en esta área.

“

Esta titulación potencia tu capacidad de análisis de datos en el ámbito del rendimiento atlético, para que puedas incorporarte laboralmente en empresas deportivas ¡Inscríbete ahora!”





En el dinamizado ámbito deportivo, influido por las tecnologías e innovaciones de todo tipo, cada vez es mayor la demanda de profesionales. En especial, aquellos capaces de crear estrategias de entrenamiento y nutrición personalizadas, y que, además, dominen los conceptos más específicos de preparación física adecuada.

Esta Especialización Profesional te capacita en la exploración y análisis de datos, para la correcta interpretación de los resultados en diferentes tipos de investigación. Comprenderás la bases fisiológicas y bioquímicas del metabolismo energético del esfuerzo físico. Asimismo, identificarás las últimas evidencias científicas en cuanto a suplementación deportiva se refiere. Además, profundizarás en los principios neurofisiológicos que influyen en el desarrollo de la movilidad, entre otros aspectos.

Todos estos conocimientos se desarrollarán en un temario amplio de carácter 100% online. A su vez, está diseñado bajo la metodología más innovadora del entorno universitario actual, el *Relearning*, que permite un aprendizaje cómodo, rápido y eficiente, ya que implementa la reiteración y la autoevaluación. Lo que, sin duda, te proporcionará un excelente bagaje profesional y te permitirá ir aplicando las habilidades adquiridas paralelamente a tu desempeño laboral.

“

Podrás llevar a cabo la valoración funcional y neuromuscular de los deportistas, entre otros aspectos indispensables como preparador físico, capacitándote para afrontar los retos de este sector”

02

Requisitos de acceso

Esta titulación no exige ningún requisito de acceso previo al alumno. Esto quiere decir que, para inscribirse y completar el programa, no es necesario haber realizado ningún estudio de forma previa, ni resulta obligatorio cumplir ninguna otra clase de criterio preliminar. Esto te permitirá matricularte y comenzar a aprender de forma inmediata, y sin los complejos trámites exigidos por otras instituciones académicas.

Gracias a este acceso inmediato conseguirás potenciar y poner al día tus conocimientos de un modo cómodo y práctico. Lo que te posicionará fácilmente en un mercado laboral altamente demandado y sin tener que dedicar cientos de horas a estudiar formación reglada previa.

Por todo ello, este programa se presenta como una gran oportunidad para mejorar tus perspectivas de crecimiento profesional de forma rápida y eficiente. Todo esto, a través de un itinerario académico 100% online y con la garantía de calidad, prestigio y empleabilidad de TECH Formación Profesional.

“

TECH te permite acceso inmediato a esta titulación, sin requerimientos previos de ingreso ni complejos trámites para matricularte y completar el programa”





Las ventajas de cursar este programa sin necesidad de cumplir requisitos de acceso previo son:

01

Podrás matricularte inmediatamente y comenzar a estudiar cuando quieras. A tu ritmo y sin esperas

02

Tendrás acceso a un programa de alto valor curricular, donde podrás adquirir las habilidades profesionales más demandadas en la actualidad de un modo práctico

03

Mejorarás tus perspectivas laborales en tan solo unas semanas

04

Tendrás acceso a los recursos didácticos multimedia más avanzados del mercado educativo

05

Te prepararás para responder a las necesidades actuales del mercado profesional aprendiendo mediante un formato 100% online

06

Obtendrás una titulación de TECH, una institución académica de referencia a nivel internacional

03

Salidas profesionales

Estudiando esta Especialización Profesional con TECH podrás ampliar tus oportunidades laborales, al adquirir las competencias profesionales más valoradas y solicitadas por las compañías del sector deportivo y nutricional. Tendrás la capacidad de recopilar y analizar datos estadísticos para optimizar el rendimiento de los atletas. Además, diseñarás planes nutricionales personalizados y desarrollarás la movilidad y flexibilidad de los deportistas para prevenir lesiones y mejorar el desempeño. Estas habilidades y conocimientos te harán un profesional solicitado por centros deportivos, equipos de élite, federaciones y organismos relacionados con el deporte de alto nivel.



Completa este programa y accede a un mercado laboral en auge como entrenador deportivo especializado en estadística y nutrición aplicadas al alto rendimiento deportivo”



Esta titulación, en definitiva, te convertirá en un gran especialista preparado para trabajar en alguno de los siguientes puestos:

- ◆ Instructor de Deportistas de Élite
- ◆ Técnico Deportivo especializado en Nutrigenética
- ◆ Asistente Técnico de Organización y Gestión Deportiva
- ◆ Técnico Auxiliar de Turismo Deportivo
- ◆ Monitor de Ocio
- ◆ Supervisor de Actividad Fitness
- ◆ Animador Deportivo
- ◆ Consultor Asesor de Apps sobre Alto Rendimiento
- ◆ Asistente de Dirección de Empresas de Servicios Deportivos



04

¿Qué seré capaz de hacer al finalizar la Especialización Profesional?

Con esta Especialización Profesional adquirirás una serie de conocimientos y competencias que te ayudarán a ofrecer un servicio especializado y de calidad en el ámbito deportivo. Por lo tanto, te posicionarás como la mejor opción frente a tus pares en un específico y competitivo entorno laboral.

01

Describir los diferentes tipos de análisis estadísticos y su aplicación en diversas situaciones para la comprensión de los fenómenos que ocurren durante el entrenamiento

02

Diferenciar los modelos predictivos mediante análisis de regresión que favorezcan la incorporación de diferentes unidades de análisis en el campo del entrenamiento

03

Reconocer los procesos y métodos de la evaluación nutricional del deportista, así como su composición corporal

04

Identificar las diferentes opciones para la evaluación del gasto energético del deportista





05

Distinguir las variables en cuanto se refiere a nutrición en disciplinas deportivas de muy diferentes características

06

Dominar las últimas evidencias científicas en cuanto a suplementación deportiva se refiere y manejar los aspectos nutricionales que vienen asociados a trastornos alimenticios y lesiones deportivas

07

Desarrollar la capacidad para diseñar tareas y planes para el desarrollo de las manifestaciones de la movilidad

08

Determinar los efectos producidos por una lesión a nivel neuromuscular en el/la deportista

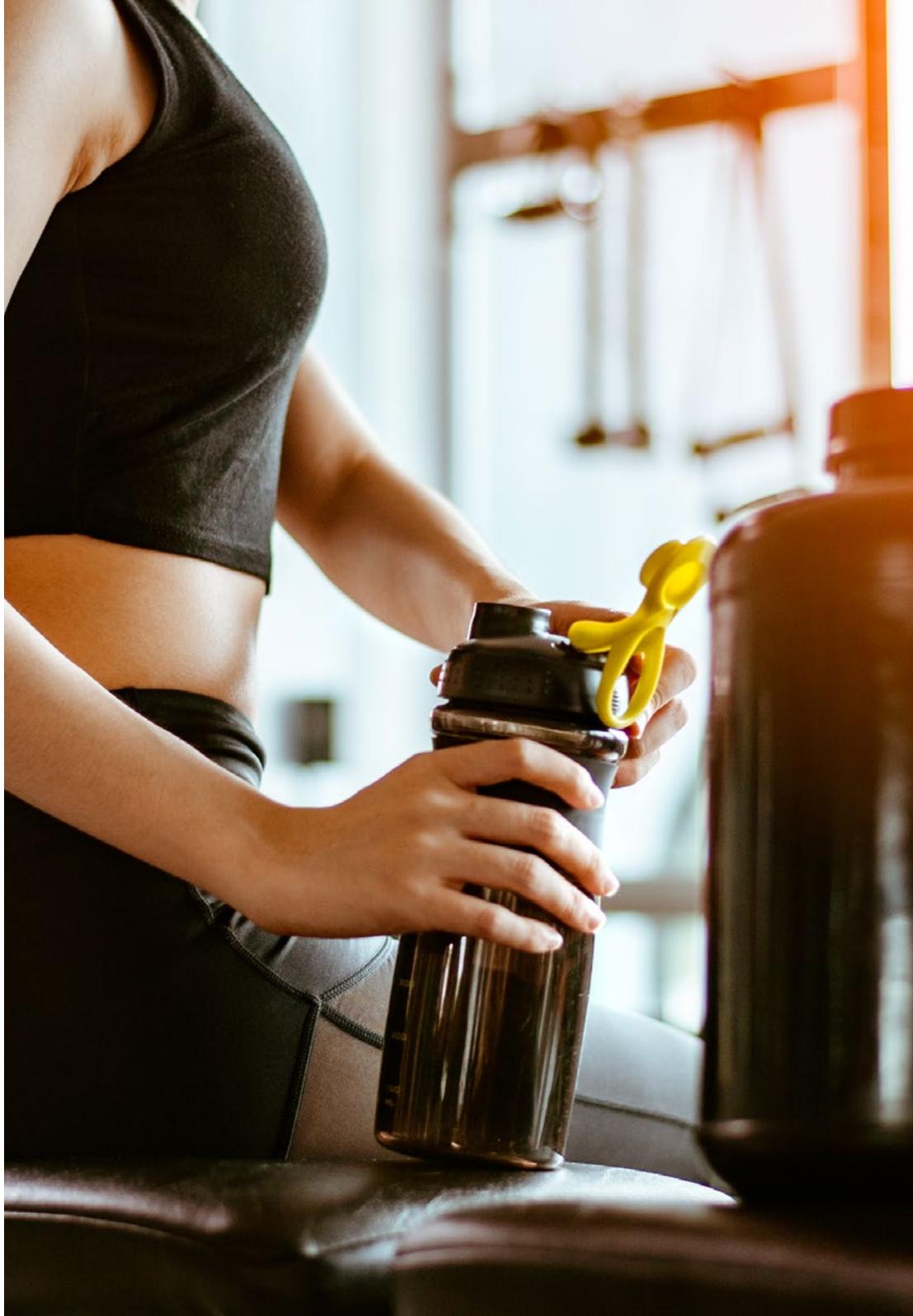
05

Dirección del curso

Con el objetivo de integrar los principios elementales sobre Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad, TECH ha seleccionado al mejor claustro docente. Estos expertos han impartido todos sus conocimientos y experiencias en esta titulación, en pro de capacitarte para que alcances un nivel de élite en tus funciones. Por eso, los materiales académicos de este programa son únicos, pues están actualizados frente a las innovaciones tecnológicas y los avances en este sector.



TECH eligió a los más reputados docentes para impartir este programa. Sus experiencias te aportarán gran valor práctico a tu desarrollo profesional"



Dirección del curso

D. Rubina, Dardo

- ◆ Especialista en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ CEO de Test and Training
- ◆ Preparador Físico Escuela Deportiva Moratalaz
- ◆ Docente Educación Física en el Fútbol y Anatomía. CENAFE Escuelas Carlet
- ◆ Coordinador de la Preparación física en Hockey Hierba. Club Gimnasia y Esgrima de Buenos Aires
- ◆ Doctorado en Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ Diplomado en Estudios de Investigación Avanzados (DEA) Universidad de Castilla la Mancha
- ◆ Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- ◆ Posgrado en Actividad Física en Poblaciones con Patologías por la Universidad de Barcelona
- ◆ Técnico de Fisicoculturismo de Competición. Federación Extremeña de Fisicoculturismo y Fitness
- ◆ Experto en Scouting Deportivo y cuantificación de la carga de Entrenamiento (especialización Fútbol), Ciencias del deporte. Universidad de Melilla
- ◆ Experto en Musculación Avanzada por IFBB
- ◆ Experto en Nutrición Avanzada por IFBB
- ◆ Especialista en Valoración e Interpretación Fisiológica de la Aptitud Física por Bio
- ◆ Certificación en Tecnologías para el Control de Peso y el Rendimiento Físico. Arizona State University

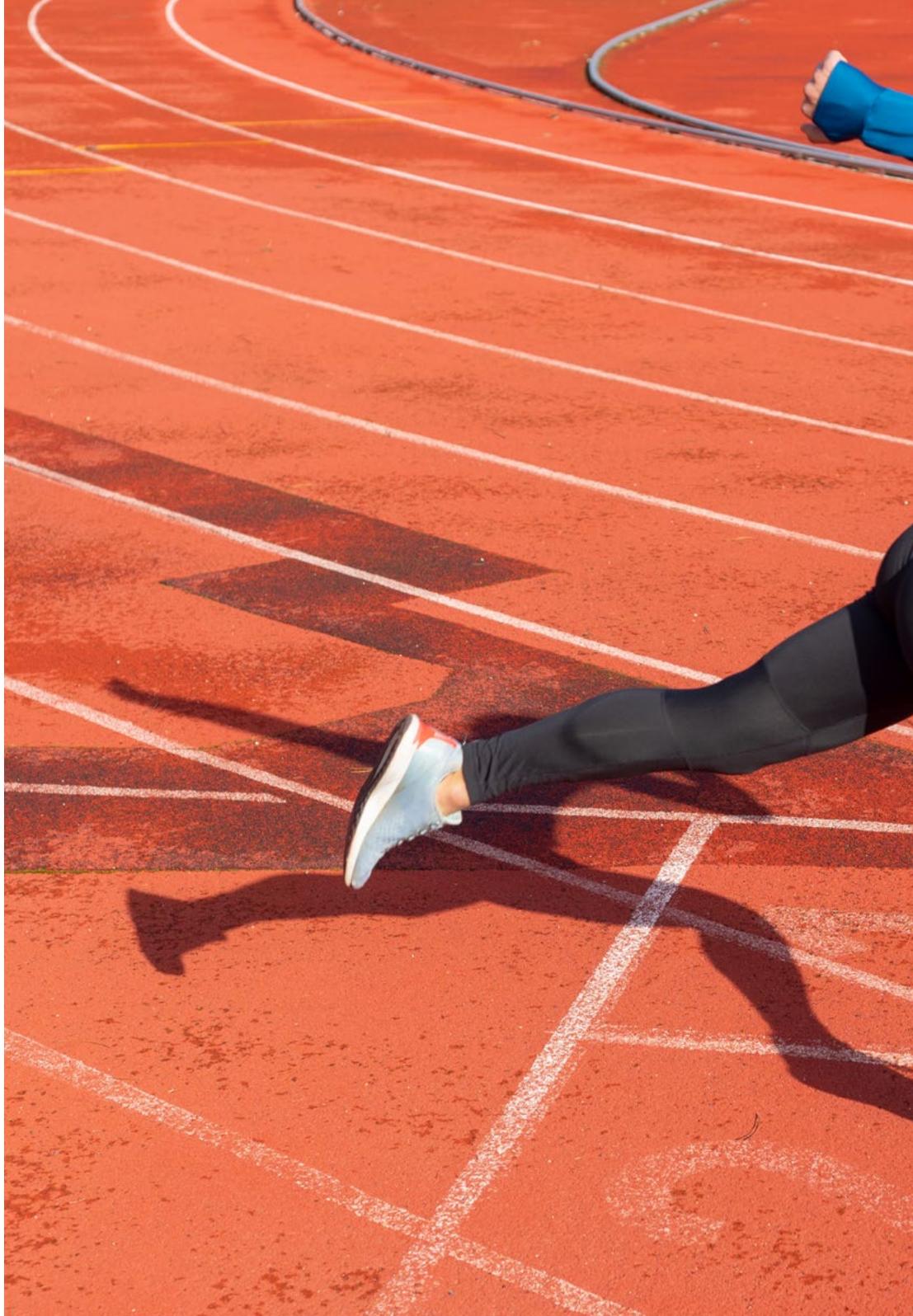
Cuadro docente

Dña. González Cano, Henar

- ♦ Nutricionista deportiva
- ♦ Nutricionista y Antropometrista del GYM SPARTA
- ♦ Nutricionista y Antropometrista del Centro Promentium
- ♦ Nutricionista en equipos de fútbol masculino
- ♦ Docente en cursos vinculados a la Fuerza y el Acondicionamiento Físico
- ♦ Ponente en eventos de formación sobre Nutrición Deportiva
- ♦ Graduada en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Valladolid
- ♦ Máster en Nutrición en la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Católica San Antonio de Murcia
- ♦ Curso de Nutrición y Dietética aplicada al ejercicio físico por la Universidad de Vich

Dr. Del Rosso, Sebastián

- ♦ Investigador experto en Bioquímica Deportiva
- ♦ Investigador postdoctoral en Centro de Investigaciones en Bioquímica Clínica e Inmunología
- ♦ Investigador en el Grupo de Investigación en Estilos de Vida y Estrés Oxidativo
- ♦ Coautor de numerosas publicaciones científicas
- ♦ Director del Comité Editorial de la revista *PubliCE Standard*
- ♦ Director del Departamento Editorial del Grupo Sobre Entrenamiento
- ♦ Doctor en Ciencias de la Salud por la Universidad Nacional de Córdoba
- ♦ Licenciado en Educación Física por la Universidad Nacional de Catamarca
- ♦ Máster en Educación Física por la Universidad Católica de Brasilia





Dr. Repesas Lobeto, Gustavo Daniel

- ◆ Preparador físico e Investigador orientado al Alto Rendimiento Deportivo
- ◆ Responsable de Laboratorio de Biomecánica Deportiva del Centro Nacional de Alto Rendimiento Deportivo de Argentina
- ◆ Responsable del Laboratorio de Biomecánica, Análisis funcional del movimiento y Rendimiento Humano de la Universidad Nacional de San Martín
- ◆ Preparador físico y Asesor Científico del equipo Olímpico de Taekwondo para los Juegos Olímpicos de Sydney
- ◆ Preparador físico de clubes y jugadores profesionales de rugby
- ◆ Docente en estudios universitarios
- ◆ Doctor en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad de Castilla-La Mancha
- ◆ Licenciado en Educación Física y Deportes por la Universidad Abierta Interamericana
- ◆ Máster en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid
- ◆ Profesor Nacional de Educación Física

“

Además de sus contenidos actualizados y de su metodología flexible y 100% online, esta titulación está impartida por expertos de gran prestigio en esta área profesional”

06

Plan de formación

Con la premisa de brindar capacitaciones con amplias demandas en sectores específicos, TECH ha diseñado este programa con contenido exclusivo y vanguardista. Su temario se ajusta a las últimas tendencias en el campo deportivo de alto rendimiento. Algunos aspectos que se abordarán son los test de hipótesis y el análisis de correlación, el metabolismo energético, el sistema neuromuscular y las estrategias nutricionales para diferentes deportes. Además, podrás estudiar 100% online, desde cualquier dispositivo con conexión a internet, a través de la plataforma educativa más moderna.

“

Estudia 100% online el mejor contenido sobre Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad y diseña planes para el desarrollo de las manifestaciones de la movilidad”





Módulo 1. Estadística aplicada al Rendimiento e investigación

- 1.1. Nociones de Probabilidad
 - 1.1.1. Probabilidad Simple
 - 1.1.2. Probabilidad Condicional
 - 1.1.3. Teorema de Bayes
- 1.2. Distribuciones de Probabilidad
 - 1.2.1. Distribución Binomial
 - 1.2.2. Distribución de Poisson
 - 1.2.3. Distribución Normal
- 1.3. Inferencia Estadística
 - 1.3.1. Parámetros Poblacionales
 - 1.3.2. Estimación de Parámetros Poblacionales
 - 1.3.3. Distribuciones de muestreo asociadas a la distribución normal
 - 1.3.4. Distribución de la media muestral
 - 1.3.5. Estimadores puntuales
 - 1.3.6. Propiedades de los estimadores
 - 1.3.7. Criterios de comparación de los estimadores
 - 1.3.8. Estimadores por Regiones de Confianza
 - 1.3.9. Método de obtención de intervalos de confianza
 - 1.3.10. Intervalos de confianza asociados a la distribución normal
 - 1.3.11. Teorema Central del Límite
- 1.4. Test de Hipótesis
 - 1.4.1. El P-Valor
 - 1.4.2. Potencia estadística
- 1.5. Análisis Exploratorio y Estadística Descriptiva
 - 1.5.1. Gráficos y Tablas
 - 1.5.2. Prueba de Chi Cuadrado
 - 1.5.3. Riesgo Relativo
 - 1.5.4. Odds Ratio

- 1.6. La Prueba T
 - 1.6.1. Prueba T para una muestra
 - 1.6.2. Prueba T para dos muestras independientes
 - 1.6.3. Prueba T para muestras apareadas
- 1.7. Análisis de Correlación
- 1.8. Análisis de Regresión Lineal Simple
 - 1.8.1. La recta de regresión y sus coeficientes
 - 1.8.2. Residuales
 - 1.8.3. Valoración de la regresión mediante residuales
 - 1.8.4. Coeficiente de determinación
- 1.9. Varianza y Análisis de Varianza (ANOVA)
 - 1.9.1. ANOVA de una vía (one-way ANOVA)
 - 1.9.2. ANOVA de dos vías (two-way ANOVA)
 - 1.9.3. ANOVA para medidas repetidas
 - 1.9.4. ANOVA factorial

Módulo 2. Nutrición aplicada al alto rendimiento deportivo

- 2.1. Metabolismo energético del esfuerzo físico
 - 2.1.1. Materia y energía: introducción a la termodinámica
 - 2.1.2. Características fisicoquímicas de los macronutrientes
 - 2.1.3. Digestión y metabolismo de los carbohidratos
 - 2.1.4. Digestión y metabolismo de los lípidos
 - 2.1.5. Digestión y metabolismo de las proteínas
 - 2.1.6. Sistema de los fosfágenos
 - 2.1.7. Sistema glucolítico
 - 2.1.8. Sistema oxidativo
 - 2.1.9. Integración metabólica
 - 2.1.10. Clasificación del esfuerzo físico

- 2.2. Evaluación del estado nutricional y la composición corporal
 - 2.2.1. Métodos retrospectivos y prospectivos
 - 2.2.2. Modelo ABCDE
 - 2.2.3. Evaluación clínica
 - 2.2.4. Composición corporal
 - 2.2.5. Métodos indirectos
 - 2.2.6. Métodos doblemente indirectos
 - 2.2.7. Absorciometría dual de rayos X
 - 2.2.8. Análisis vectorial de bioimpedancia eléctrica
 - 2.2.9. Cineantropometría
 - 2.2.10. Análisis de datos en cineantropometría
- 2.3. Evaluación del gasto energético
 - 2.3.1. Componentes del gasto energético total diario
 - 2.3.2. Tasa metabólica basal y gasto energético en reposo
 - 2.3.3. Efecto térmico de los alimentos
 - 2.3.4. NEAT y gasto energético por esfuerzo físico
 - 2.3.5. Tecnologías para cuantificar el gasto energético
 - 2.3.6. Calorimetría indirecta
 - 2.3.7. Estimación del gasto energético
 - 2.3.8. Cálculos a posteriori
 - 2.3.9. Recomendaciones prácticas
- 2.4. Nutrición en fisicoculturismo y la recomposición corporal
 - 2.4.1. Características del fisicoculturismo
 - 2.4.2. Nutrición para el Bulking
 - 2.4.3. Nutrición para la puesta a punto
 - 2.4.4. Nutrición post-competencia
 - 2.4.5. Suplementos efectivos
 - 2.4.6. La recomposición corporal
 - 2.4.7. Estrategias nutricionales
 - 2.4.8. Distribución de macronutrientes
 - 2.4.9. *Diet breaks*, *refeeds* y restricciones intermitentes
 - 2.4.10. Principios y peligros de la farmacología

- 2.5. Nutrición en deportes de fuerza
 - 2.5.1. Características de los deportes colectivos
 - 2.5.2. Requerimiento energético
 - 2.5.3. Requerimiento de proteína
 - 2.5.4. Distribución de carbohidratos y grasas
 - 2.5.5. Nutrición para el levantamiento olímpico
 - 2.5.6. Nutrición para las carreras de velocidad
 - 2.5.7. Nutrición para el powerlifting
 - 2.5.8. Nutrición en deportes de salto y lanzamiento
 - 2.5.9. Nutrición en deportes de combate
 - 2.5.10. Características morfológicas del atleta
- 2.6. Nutrición en deportes colectivos
 - 2.6.1. Características de los deportes colectivos
 - 2.6.2. Requerimiento energético
 - 2.6.3. Nutrición en pre-temporada
 - 2.6.4. Nutrición en competencia
 - 2.6.5. Nutrición antes, durante y después del partido
 - 2.6.6. Reposición de fluidos
 - 2.6.7. Recomendaciones para divisiones inferiores
 - 2.6.8. Nutrición para el fútbol, baloncesto y voleibol
 - 2.6.9. Nutrición para el rugby, hockey y béisbol
 - 2.6.10. Características morfológicas del atleta
- 2.7. Nutrición en deportes de resistencia
 - 2.7.1. Características de los deportes de resistencia
 - 2.7.2. Requerimiento energético
 - 2.7.3. Supercompensación de glucógeno
 - 2.7.4. Reposición de energía durante la competencia
 - 2.7.5. Reposición de fluidos
 - 2.7.6. Bebidas y confitería deportiva
 - 2.7.7. Nutrición para el ciclismo
 - 2.7.8. Nutrición para carreras y maratón
 - 2.7.9. Nutrición para el triatlón
 - 2.7.10. Nutrición para otras modalidades olímpicas
- 2.8. Ayudas ergogénicas nutricionales
 - 2.8.1. Sistemas de clasificación
 - 2.8.2. Creatina
 - 2.8.3. Cafeína
 - 2.8.4. Nitratos
 - 2.8.5. β -alanina
 - 2.8.6. Bicarbonato y fosfato de sodio
 - 2.8.7. Suplementos de proteína
 - 2.8.8. Carbohidratos modificados
 - 2.8.9. Extractos herbales
 - 2.8.10. Suplementación contaminante
- 2.9. Trastornos alimentarios y lesiones deportivas
 - 2.9.1. Anorexia
 - 2.9.2. Bulimia nerviosa
 - 2.9.3. Ortorexia y vigorexia
 - 2.9.4. Trastorno por atracón y por purgas
 - 2.9.5. Síndrome de deficiencia energética relativa
 - 2.9.6. Deficiencia en micronutrientes
 - 2.9.7. Educación nutricional y prevención
 - 2.9.8. Lesiones deportivas
 - 2.9.9. Nutrición durante la readaptación física
- 2.10. Avances e investigación en la Nutrición Deportiva
 - 2.10.1. Nutrigenética
 - 2.10.2. Nutrigenómica
 - 2.10.3. Modulación de la microbiota

- 2.10.4. Probióticos y prebióticos en el deporte
- 2.10.5. Productos emergentes
- 2.10.6. Biología de sistemas
- 2.10.7. Diseños no experimentales
- 2.10.8. Diseños experimentales
- 2.10.9. Revisiones sistemáticas y metaanálisis

Módulo 3. Entrenamiento de la Movilidad de la teoría a la práctica

- 3.1. Sistema neuromuscular
 - 3.1.1. Principios neurofisiológicos: inhibición y excitabilidad
 - 3.1.1.1. Adaptaciones del sistema nervioso
 - 3.1.1.2. Estrategias para modificar la excitabilidad corticoespinal
 - 3.1.1.3. Claves para la activación neuromuscular
 - 3.1.2. Sistemas de información somatosensorial
 - 3.1.2.1. Subsistemas de información
 - 3.1.2.2. Tipos de reflejos
 - 3.1.2.2.1. Reflejos monosinápticos
 - 3.1.2.2.2. Reflejos polisinápticos
 - 3.1.2.2.3. Reflejos musculo-tendinosos-articulares
 - 3.1.2.3. Respuestas al estiramiento dinámico y estático
- 3.2. Control motor y movimiento
 - 3.2.1. Sistemas estabilizadores y movilizadores
 - 3.2.1.1. Sistema local: sistema estabilizador
 - 3.2.1.2. Sistema global: sistema movilizador
 - 3.2.1.3. Patrón respiratorio
 - 3.2.2. Patrón de movimiento
 - 3.2.2.1. La coactivación
 - 3.2.2.2. Teoría *Joint by Joint*
 - 3.2.2.3. Complejos primarios de movimiento



- 3.3. Comprendiendo la movilidad
 - 3.3.2. Conceptos clave y creencias en la movilidad
 - 3.3.2.1. Manifestaciones de la movilidad en el deporte
 - 3.3.2.2. Factores neurofisiológicos y biomecánicos que influyen en el desarrollo de la movilidad
 - 3.3.2.3. Influencia de la movilidad en el desarrollo de la fuerza
 - 3.3.3. Objetivos del entrenamiento de la movilidad en el deporte
 - 3.3.3.1. La movilidad en la sesión de entrenamiento
 - 3.3.3.2. Beneficios del entrenamiento de la movilidad
 - 3.3.4. Movilidad y estabilidad por estructuras
 - 3.3.4.1. Complejo pie-tobillo
 - 3.3.4.2. Complejo Rodilla y cadera
 - 3.3.4.3. Complejo Columna y hombro
- 3.4. Entrenando la movilidad
 - 3.4.1. Bloque fundamental
 - 3.4.1.1. Estrategias e instrumentos para optimizar la movilidad
 - 3.4.1.2. Esquema específico pre-ejercicio
 - 3.4.1.3. Esquema específico post-ejercicio
 - 3.4.2. Movilidad y estabilidad en movimientos básicos
 - 3.4.2.1. *Squat & dead lift*
 - 3.4.2.3. Aceleración & multidirección
- 3.5. Métodos de recuperación
 - 3.5.2. Propuesta por efectividad bajo la evidencia científica
- 3.6. Métodos de entrenamiento de la movilidad
 - 3.6.1. Métodos centrados en el tejido: estiramientos en tensión pasiva y tensión activa
 - 3.6.2. Métodos centrados en la artro-coinemática: estiramientos aislados y estiramientos integrados
 - 3.6.3. Entrenamiento excéntrico
- 3.7. Programación del entrenamiento de la movilidad
 - 3.7.1. Efectos del estiramiento en el corto y largo plazo
 - 3.7.2. Momento óptimo de aplicación del estiramiento
- 3.8. Valoración y análisis del deportista
 - 3.8.1. Evaluación funcional y neuromuscular
 - 3.8.1.1. Conceptos clave en la evaluación
 - 3.8.1.2. Proceso de evaluación
 - 3.8.1.2.1. Analizar el patrón de movimiento
 - 3.8.1.2.2. Determinar el test
 - 3.8.1.2.3. Detectar los eslabones débiles
 - 3.8.2. Metodología de evaluación del deportista
 - 3.8.2.1. Tipos de test
 - 3.8.2.1.1. Test de valoración analítica
 - 3.8.2.1.2. Test de valoración general
 - 3.8.2.1.3. Test de valoración específica – dinámica
 - 3.8.2.2. Valoración por estructuras:
 - 3.8.2.2.1. Complejo pie - tobillo
 - 3.8.2.2.2. Complejo Rodilla – cadera
 - 3.8.2.2.3. Complejo Columna – hombro
- 3.9. La movilidad en el deportista lesionado
 - 3.9.1. Fisiopatología de la lesión: efectos en la movilidad
 - 3.9.1.1. Estructura muscular
 - 3.9.1.2. Estructura tendinosa
 - 3.9.1.3. Estructura ligamentosa
 - 3.9.2. Movilidad y prevención de lesiones: caso práctico
 - 3.9.2.1. Rotura de isquiales en el corredor

07

Metodología

Nuestra institución es la primera en el mundo que combina la metodología de los *case studies* con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos los case studies con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

TECH pone a tu disposición un método de aprendizaje que ha revolucionado la Formación Profesional y con el que mejorarás tus perspectivas de futuro de forma inmediata.

En TECH aprenderás con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los profesionales del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina *Relearning*.

Nuestra institución es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019 conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores del mejor centro educativo online en español.



Esta titulación de TECH es un programa intensivo que te prepara para afrontar todos los retos en esta área, tanto en el ámbito nacional como internacional. Tenemos el compromiso de favorecer tu crecimiento personal y profesional, la mejor forma de caminar hacia el éxito, por eso en TECH utilizarás los *case studies*, la metodología de enseñanza más avanzada y eficaz del mercado educativo.

“ *Nuestro programa te proporciona las mejores habilidades profesionales, preparándote para afrontar todos los retos actuales y futuros en esta área*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo desde que éstas existen. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas.

Ante una determinada situación, ¿qué harías tú? Esta es la pregunta a la que te enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del curso, te enfrentarás a múltiples casos reales. Deberás integrar todos tus conocimientos, investigar, argumentar y defender tus ideas y decisiones.



En este programa tendrás acceso a los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para ti:



Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



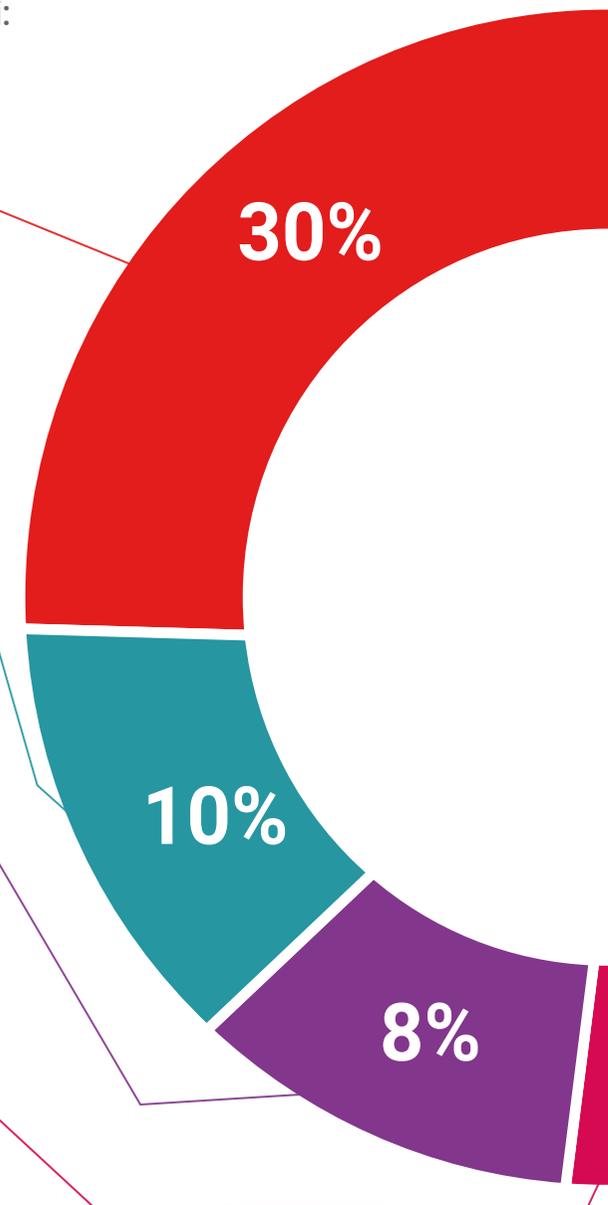
Prácticas de habilidades y competencias

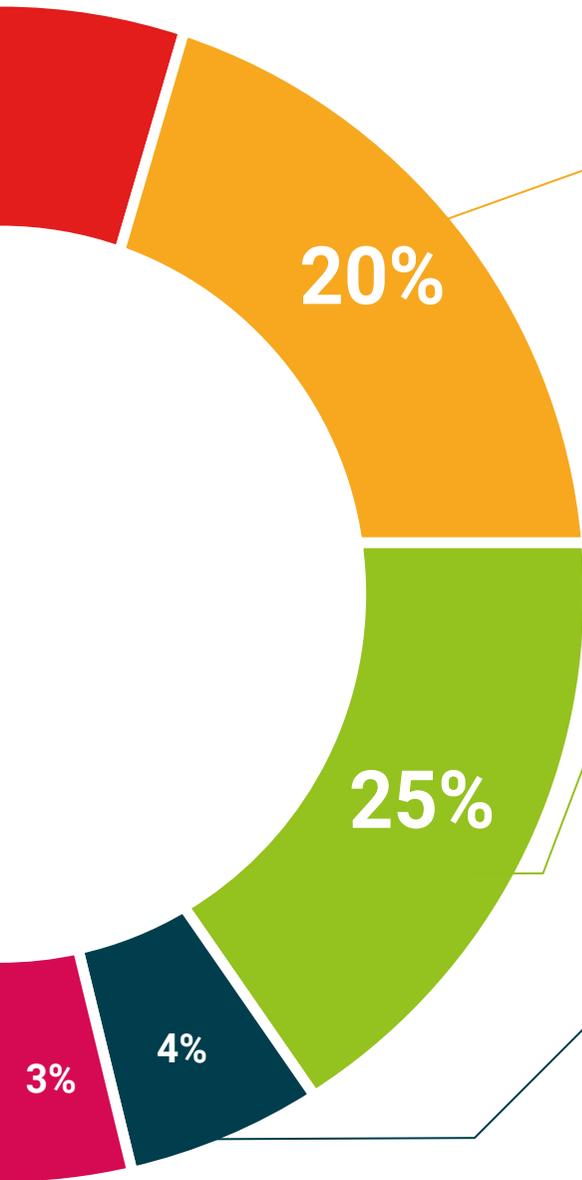
Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



Resúmenes interactivos

Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



08

Titulación

La Especialización Profesional en Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Especialización Profesional expedido por TECH.

Tras la superación de las evaluaciones, el alumno recibirá por correo postal con acuse de recibo su correspondiente Título de Especialización Profesional emitido por TECH.

El título expedido por TECH expresará la calificación que haya obtenido en la Especialización Profesional, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores carreras profesionales.

Título: **Especialización Profesional en Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad**

Modalidad: **Online**

Horas: **450**





Especialización Profesional
Alto Rendimiento Deportivo:
Estadística, Nutrición y
Entrenamiento de Movilidad

Modalidad: **Online**

Titulación: **TECH Formación Profesional**

Duración: **6 meses**

Horas: **450**

Especialización Profesional

Alto Rendimiento Deportivo: Estadística, Nutrición y Entrenamiento de Movilidad

