

Preparador físico y nutrición



Descripción del curso

Este curso está enfocado a dotar de los conocimientos necesarios a los instructores deportivos para preparar a los deportistas físicamente de modo que logren aumentar las posibilidades funcionales de las personas a las que preparan en cuanto a cualidades como fuerza, rapidez, resistencia, flexibilidad, movilidad y agilidad. Asimismo consigue dotar a los participantes de los conocimientos necesarios para saber indicar adecuadamente a los deportistas cuales son los alimentos y bebidas de los cuales pueden obtener un mayor beneficio en función del deporte practicado.

Destinatarios

Deportistas amateur o profesionales que quieren ampliar conocimientos para mejorar su rendimiento deportivo.
Instructores de diversas áreas deportivas.
Deportistas o instructores de élite que deseen llegar a las más altas cotas de efectividad.

Titulación

Diploma de "Preparador Físico y Nutrición" emitido por IMPLIKA.

Modalidad

Semipresencial y Online

Programa

1. Anatomía muscular y ósea.

Conocimientos sobre las funciones musculares, análisis de los músculos complementarios y antagonistas y detección precoz del sobreentrenamiento y la atrofia.

2. Musculación general

Conocimientos sobre los distintos sistemas existentes para mejorar la musculatura.

3. Nutrición deportiva

Orientaciones para lograr la dieta energética que toda práctica deportiva requiere. Indicaciones sobre la utilidad de los principales alimentos y bebidas según el deporte que se practique.

4. Medicina del deporte

Resulta fundamental conocer los efectos que la actividad física tiene en el organismo desde el punto de vista de la prevención y tratamiento de enfermedades y lesiones.

5. Elasticidad

Es muy importante realizar un entrenamiento para la elasticidad muscular que permita desarrollar la flexibilidad y saber cómo llevarlo a cabo.

6. Naciones básicas del ejercicio.

7. Preparación física de primer nivel.

8. Preparación física de segundo nivel.

9. Preparación física de tercer nivel.

10. Preparación física para campeonatos.



MATERIAL DIDÁCTICO

Todos nuestros materiales están editados por Implika, con la colaboración de especialistas de cada área que hacen que nuestros materiales didácticos estén orientados a conseguir formar a los mejores profesionales tanto en la parte teórica como en la práctica.

METODOLOGÍA

Durante el periodo de formación contará con profesores expertos en la materia a su disposición tanto en nuestro centro como a distancia ya sea por teléfono u on-line.

Se le asignará un tutor personalizado que será su principal apoyo aunque contará con la ayuda de todo el equipo docente. Este será el encargado de realizarle una evaluación y seguimiento constante con el objetivo de conseguir unos buenos resultados.

PRÁCTICAS TUTELADAS

Implika cuenta con un Departamento de Prácticas y Empleo que asesorará a los alumnos y les guiará en sus prácticas en empresas o entidades del sector. Se incluye un seguro para el alumno y garantizamos que desarrollará tareas específicas de ese puesto de trabajo. Visita nuestra lista de empresas colaboradoras en www.implika.es/nosotros/colaboradores

BOLSA DE EMPLEO

Otra de las principales funciones del Departamento de Prácticas y Empleo es la organización y gestión de nuestra propia BOLSA DE EMPLEO. Su característica principal es que es una bolsa activa y que en ella actúan más de 500 empresas colaboradoras de más de 40 sectores empresariales diferentes.

Además contaréis con la ayuda de un asesor laboral que os ayudará a desenvolveros a la perfección en la búsqueda de empleo.

PLATAFORMA E-LEARNING

Implika Virtual te ayudará a conseguir tus objetivos a través de la formación a distancia. Un tutor te guiará personalmente para que puedas recibir una formación de calidad sin tener que desplazarte a nuestro centro. Pondremos a tu alcance todas nuestras herramientas y esfuerzos para conseguir los mejores resultados.

Bilbao

C/ Ercilla, 32 1º Derecha. Bilbao 48011
(metro Moyua o Indautxu)

Pamplona

C/ Pl. del Castillo, 43 bis 1ª-Oficina 7.
Pamplona 31001

Valladolid

C/ Acera Recoletos, 10. Valladolid 47004

POR QUÉ IMPLIKA

- Amplias aulas en el centro de Bilbao, Pamplona y Valladolid
- Clases presenciales individualizadas
- Talleres prácticos previos a las prácticas en empresas
- Prácticas tuteladas
- Acuerdos de colaboración con más de 500 empresas

www.implika.es

E-mail: implika@implika.es

IMPLIKA es empresa colaboradora de:

Fundación Vicente Ferrer

Transforma la sociedad en humanidad