



**EUROINNOVA FORMACION**  
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

## *Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria*

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

**Titulación certificada por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL**

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

# *Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria*

**Duración:** 710 horas

**Precio:** 999 € \*

**Modalidad:** Online

\* Materiales didácticos, titulación y gastos de envío incluidos.



Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

## Descripción

Este Master en Artes Marciales le ofrece una formación especializada en la materia. Si le interesa el ámbito del deporte y quiere con los aspectos fundamentales de las Artes Marciales este es su momento, con el Master en Artes Marciales podrá adquirir las técnicas necesarias para la enseñanza de diferentes artes marciales. El Aikido no es un arte marcial corriente, ya que lo que busca es la neutralización del contrario cuando se encuentra en situaciones de conflicto, llevándolo a la derrota sin dañarlo físicamente. Con este de Monitor de Aikido conocerá los factores que influyen en esta arte marcial japonesa; el Taiji Qigong es un es una mezcla de artes marciales que hace que se alcancen niveles más altos de habilidad en el combate, es un arte marcial de movimiento suave que en los años se ha practicado para propósitos de salud más que para fines marciales; el Taiji, Xingyi y Bagua se refieren a las artes marciales internas, aunque se trata de artes de procedencia diferente, sus similitudes son muchas por lo que se tratan de manera conjunta. Realí este Curso de Monitor de Técnicas de Combate: Taiji, Xingyi y Bagua conocerá las técnicas esenciales de estas artes para desenvolverse de manera profesional en este entorno.

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

## *Euroinnova Business School*

Euroinnova Business School, es una escuela de negocios avalada por 5 universidades y múltiples instituciones a nivel internacional. En el siguiente enlace puede ver los

**cursos Homologados**

Además Euroinnova cuenta con más de 10.000

**cursos online**

Puede matricularse hoy con un 10% de descuento, si se matricula online en el siguiente enlace:



Al formar parte de Euroinnova podrás disponer de los siguientes servicios totalmente gratis, además de pasar a formar parte de una escuela de negocios con un porcentaje de satisfacción de más del 95%, auditada por agencias externas, además de contar con el apoyo de las principales entidades formativas a nivel internacional.



Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

**Llama gratis : 900 831 200**

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

### *A quién va dirigido*

Este Master en Artes Marciales está dirigido a todos aquellos profesionales de las artes marciales y el deporte que deseen seguir formándose o ampliar sus conocimientos gracias a la adquisición de algunas técnicas de Artes Marciales y poder desempeñar la labor de monitor en este entorno.

### *Objetivos*

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

- Conocer el Aikido.
- Adquirir el aikido como defensa personal, deporte y perfeccionamiento de uno mismo.
- Adquirir los tres niveles de ataque del cuerpo humano.
- Conocer técnicas como Ukemis (arte de caer) o el Yin-Yang.
- Conocer el arte de contraatacar.
- Conocer la teoría del Qi y el Qigong.
- Realizar métodos activos y pasivos.
- Saber el momento, lugar e indumentaria para practicar el Taiji Qigong.
- Adquirir los métodos de respiración.
- Conocer los 18 movimientos del Taiji Qigong.
- Situar la defensa personal desde su origen hasta la actualidad, y conocer los tipos que hay y sus características principales.
- Describir las diferentes formas de agresión que se pueden producir y los factores que permiten predecirla.
- Conocer las armas naturales del cuerpo y los puntos vitales más relevantes para la defensa personal.
- Enumerar las habilidades necesarias para poder llevar a cabo de la forma adecuada la defensa personal.
- Describir los pasos que se deben seguir en la aplicación de las técnicas básicas de defensa personal.
- Saber los pasos que conlleva la defensa de una agresión según las características de ésta.
- Conocer los principios básicos de las artes marciales internas.
- Adquirir los fundamentos de los movimientos que se utilizan en Taiji, Xingyi y Bagua.
- Aplicar un entrenamiento básico de Kungfu.
- Practicar la forma de las dieciséis posturas.
- Practicar las aplicaciones.
- Describir el concepto de monitor, y las cualidades, habilidades y actitudes que debe tener.
- Desarrollar la anatomía implicada en la actividad física.
- Conocer las cualidades físicas básicas que todo deportista debe desarrollar.
- Aprender el proceso a seguir para la programación y organización de las sesiones de entrenamiento.
- Introducir la reglamentación y las normas de juego básicas de cada deporte.
- Enumerar las lesiones deportivas que pueden aparecer en este contexto y sus medidas de prevención y tratamiento correspondientes.
- Adquirir las nociones básicas de primeros auxilios que debe conocer un monitor deportivo.
- Introducir el coaching como una alternativa que modifique el estilo de vida personal del alumno, ofreciendo un camino de mejora a la calidad de vida.
- Adquirir los conocimientos, competencias y habilidades necesarias para el desarrollo teórico y práctico de los principios básicos de coaching aplicados al ámbito deportivo.
- Impulsar el desarrollo del entrenamiento deportivo como herramienta eficaz en la consecución de las metas deportivas.

### *Para que te prepara*

Este Master en Artes Marciales le prepara para conocer a fondo diferentes artes marciales, prestando atención a sus diferentes técnicas que hacen que sea un deporte complejo y especial, llegando a adquirir las técnicas oportunas para ser un profesional en la materia.

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

**Llama gratis : 900 831 200**

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

## *Salidas laborales*

Deporte / Artes marciales / Actividad física / Entrenador / Defensa Personal

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

### Titulación

Titulación Múltiple: - Titulación de Master en Artes Marciales con 600 horas expedida por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado y Avalada por la Escuela Superior de Cualificaciones Profesionales

- Titulación Universitaria en Monitor Deportivo con 4 Créditos Universitarios ECTS.



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

TITULACIÓN EXPEDIDA POR  
EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL  
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSTGRADO



**3ª Mejor Escuela de Negocios**  
**España**  
**(RANKING EL ECONOMISTA)**

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Euroinnova Formación vía correo postal, la titulación que acredita el haber con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/master, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la institución que avalan la formación recibida (Euroinnova Formación, Instituto Europeo de Estudios Empresariales y Comisión Internacional para la Formación a Distancia de la UNESCO).

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200



+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



### EUROINNOVA FORMACION

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación

EXPIDE EL PRESENTE TÍTULO PROPIO

**NOMBRE DEL ALUMNO/A**

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

### Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación EUROINNOVA en la convocatoria de 2014  
Y para que surtan los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a 23 de Abril de 2014

La dirección General

Ei/La interesado/a

Sello



INTERNACIONAL COMISION DE DISTANCE EDUCATION  
Con Estatuto Consultivo Consejo Superior de Investigaciones Científicas y Social de la UNESCO (plan, Resolución 65/8)

## Forma de financiación

- Contrarrembolso.
- Transferencia.
- Tarjeta de crédito.
- PayPal

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Llama gratis al 900831200 e informate de los pagos a plazos sin intereses que hay disponibles

## Metodología

Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios. La metodología a seguir es ir avanzando a lo largo del itinerario de aprendizaje online, que cuenta con una serie de temas y ejercicios. Para su evaluación, el alumno/a deberá completar todos los ejercicios propuestos en el curso. La titulación será remitida al alumno/a por correo una vez se haya comprobado que ha completado el itinerario de aprendizaje satisfactoriamente.

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

## *Materiales didácticos*



- Maletín porta documentos
- 
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Bolígrafo

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

## Profesorado y servicio de tutorías

Nuestro centro tiene su sede en el "Centro de Empresas Granada", un moderno complejo empresarial situado en uno de los centros de negocios con mayor proyección de Andalucía Oriental. Contamos con una extensa plan profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional.

Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- Por e-mail: El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.
- Por teléfono: Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.



Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

### *Plazo de finalización*

El alumno cuenta con un período máximo de 12 meses para la finalización del curso, a contar desde la fecha de recepción de las mat del mismo.

Si una vez cumplido el plazo no se han cumplido los objetivos mínimos exigidos (entrega de ejercicios y evaluaciones correspondientes), el alumno podrá solicitar una prórroga con causa justificada de 3 meses.

### *Bolsa de empleo*

El alumno tendrá la posibilidad de incluir su currículum en nuestra bolsa de empleo y prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por más de 2000 empresas y organismos públicos colaboradores, en todo el territorio nacional.

Agencia de colocación autorizada N° 9900000169

### *Club de alumnos*

Servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

### *Revista digital*

El alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

## Programa formativo

# PARTE 1. AIKIDO

## UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES EL AIKIDO?

1.El Aikido como defensa personal. El Aikido como deporte. El Aikido como conocimiento y perfeccionamiento de sí mismo.

## UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL EQUIPO

1.La Hakama. Las armas. Los zooris.

## UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA ETIQUETA EN EL BUDO, EL DOJO

## UNIDAD DIDÁCTICA 4. LOS GRADOS

1.Programa de enseñanza y progresión de grados. Los grados DAN.

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. SHITE Y AITE

1.Los tres niveles de ataque en el cuerpo humano. Keiko (Entrenamiento). Tandoku Dosa. Sotai Dosa. Keko Ho. Ko Geki Ho.

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. EL SENSEI (EL MAESTRO)

1.Lealtad al profesor. Metodología.

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. UKEMIS (ARTE DE CAER)

1.Tipos de Ukemis. Posición del cuerpo en los Ukemis. La actitud mental para el Ukemi.

## UNIDAD DIDÁCTICA 8. SHISEI

1.El cuerpo. El espíritu (La mente). Kamae.

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. SHINTAI - HO

1.Tsuri Ashi. Tsugi Ashi. Ayumi Ashi. O Tsugi Ashi. Irimi - Tsugi Ashi. Zigzag. Roppo. Sikko.

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. TAI SABAKI

1.Formas del Tai Sabaki. Ejercicios de aplicación.

## UNIDAD DIDÁCTICA 11. MA - AI (LA DISTANCIA)

1.Ejercicios de aplicación de Ma Ai.

## UNIDAD DIDÁCTICA 12. YIN - YANG

1.Ejercicios prácticos Yin - Yang.

## UNIDAD DIDÁCTICA 13. KIAWASE

## UNIDAD DIDÁCTICA 14. EL KI. KOKYU

1.Ejercicio de visualización. La respiración. Kokyu Dosa (Kokyu Ho). Test de Ki. Neutralización del Ki de Uke.

## UNIDAD DIDÁCTICA 15. HARA

1.Unificación cuerpo - mente.

## UNIDAD DIDÁCTICA 16. HYOHO (LA ESTRATEGIA)

## UNIDAD DIDÁCTICA 17. RENRAKU WAZA. EL ARTE DE COMBINAR LAS TÉCNICAS

1.Renzoku Waza (encadenamiento de técnicas). Renzoku Waza (ejemplo de encadenamiento).

UNIDAD DIDÁCTICA 18. KAESHI WAZA. ARTE DE CONTRAATACAR

## PARTE 2. TAIJI QIGONG

### MÓDULO 1. TEORÍA DEL QI Y EL QIGONG

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿Qué es el Qi?

- 1.El Qi como concepto universal
- 2.El Qi como "fuerza vital"
- 3.El Qi en el Qigong
- 4.Los Tres Tesoros
- 5.Más acerca del Jing (Esencia)
- 6.El Qi original
- 7.La Puerta de la Vitalidad
- 8.Más acerca del Shen (Mente)
- 9.Enriqueciendo y utilizando los Tres Tesoros mediante el Qigong
- 10.Canales del Qi
- 11.Canales primarios
- 12.Vasos extraordinarios
- 13.Dantian
- 14.Puntos de energía o "vórtices de Qi" en los canales del Qi

UNIDAD DIDÁCTICA 2. Yin y Yang

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ¿Qué significa realmente Qigong?

- 1.Categorías del Elixir Externo e Interno
- 2.Métodos pasivos y activos
- 3.Categorías del Qigong de acuerdo con las aspiraciones personales
- 4.¿Dónde encajan las 18 posiciones de Taiji Qigong?

UNIDAD DIDÁCTICA 4. La pequeña circulación

### MÓDULO 2. PRINCIPIOS GENERALES DE LA PRÁCTICA DEL QIGONG

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ¿Cuánto deberías practicar?

UNIDAD DIDÁCTICA 6. Condiciones óptimas para la práctica

- 1.Momento del día para practicar
- 2.Hacia qué dirección mirar
- 3.Dónde practicar
- 4.Qué ropa llevar
- 5.Menstruación y embarazo
- 6.Otras consideraciones

UNIDAD DIDÁCTICA 7. Postura y posición correctas para comenzar

UNIDAD DIDÁCTICA 8. Perfeccionando la postura

UNIDAD DIDÁCTICA 9. Métodos de respiración

- 1.Respiración natural o clavicular

- 2.Respiración abdominal normal o diafragmática
- 3.Respiración abdominal inversa o diafragmática inversa
- 4.Marcando el tiempo de la respiración
- 5.¿Debo mantener la boca abierta o cerrada mientras exhalo?
- 6.Integrando los "arcos" verticales y horizontales con la respiración
- 7.Un apunte sobre el enfoque mental
- 8.Un apunte sobre los efectos internos
- 9.Un apunte sobre los beneficios
- 10.Un apunte sobre la motivación
- 11.Posibles efectos secundarios

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. El concepto del Qi distorsionado

### MÓDULO 3. LOS 18 MOVIMIENTOS DEL TAIJI QIGONG

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. MOVIMIENTOS DEL TAIJI QIJONG

- 1.Comienzo (...del movimiento)
- 2.Abriendo el pecho
- 3.Dibujando un arco iris
- 4.Separando las nubes
- 5.Ondulando los brazos (...en una postura fija)
- 6.Remando un bote (...en el medio de un lago)
- 7.Levantando la bola
- 8.(Girándose hacia...) mirar la luna
- 9.(Girando la cintura y...) empujando la palma
- 10.Manos en la nube (...en la postura del jinete)
- 11.Recogiendo el mar (...y viendo el cielo)
- 12.Empujando las olas
- 13.Paloma que vuela (...despliega sus alas)
- 14.Cargando los puños (...con los brazos extendidos)
- 15.Ganso salvaje que vuela
- 16.Rueda que gira
- 17.Botando una pelota (...mientras se dan pasos)
- 18.Calmado el Qi

## PARTE 3. DEFENSA PERSONAL

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS BÁSICOS DE LA DEFENSA PERSONAL

- 1.Origen y definición del concepto
  - 1.- Historia de la defensa personal
  - 2.- ¿Qué es la defensa personal?
- 2.Tipos de defensa personal
- 3.Los Siete Componentes de la Defensa Personal

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FORMAS DE AGRESIÓN Y FACTORES QUE INFLUYEN EN ELLA

- 1.Formas de agresión



2. Factores que influyen en la agresión

- 1.- Factor político
- 2.- Factor cultural
- 3.- Factor económico
- 4.- Factor ecológico

3. Factores coyunturales

- 1.- El alcohol
- 2.- Sustancias estupefacientes
- 3.- Edad y sexo

**UNIDAD DIDÁCTICA 3. ARMAS NATURALES DEL CUERPO Y PUNTOS VITALES PARA LA DEFENSA PERSONAL**

1. Armas naturales del cuerpo

2. La importancia de los puntos vitales en defensa personal

- 1.- Puntos vitales de la parte superior del cuerpo
- 2.- Puntos vitales de la parte inferior del cuerpo

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. HABILIDADES NECESARIAS PARA LA DEFENSA PERSONAL**

1. Habilidades físicas

- 1.- Resistencia
- 2.- Fuerza
- 3.- Velocidad

2. Habilidades de comunicación

3. Habilidades emocionales

- 1.- Influencia del estrés
- 2.- Conciencia emocional
- 3.- Control de las emociones

**UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS BÁSICAS DE DEFENSA PERSONAL I**

1. Posiciones

2. Desplazamientos

3. Caídas

4. Golpes

- 1.- Con la parte superior del cuerpo
- 2.- Con la parte inferior del cuerpo

5. Bloqueos

- 1.- Bloqueo ascendente
- 2.- Bloqueo descendente
- 3.- Bloqueos hacia dentro y hacia fuera

**UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE DEFENSA PERSONAL II**

1. Luxaciones

- 1.- Luxación de muñeca
- 2.- Luxación de codo
- 3.- Luxación de hombro



- 2.Estrangulaciones
- 3.Proyecciones
  - 1.- Técnicas de brazo
  - 2.- Técnica de cadera
  - 3.- Técnica de pierna
- 4.Técnicas de defensa personal en el suelo

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEFENSA DE LAS AGRESIONES I

- 1.Defensa contra objeto contundente
- 2.Defensa contra arma blanca
  - 1.- Características de las armas blancas
  - 2.- Técnicas de defensa personal contra arma blanca
- 3.Defensa contra armas de fuego (corta y larga)
  - 1.- Características de las armas de fuego
  - 2.- Técnica de defensa personal contra armas de fuego

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. DEFENSA DE LAS AGRESIONES II

- 1.Defensa contra ataques con puño
- 2.Defensa contra patadas
- 3.Defensa contra golpes de rodilla
- 4.Defensa ante un agarre por detrás
- 5.Defensa contra estrangulaciones

## PARTE 4. TÉCNICAS DE COMBATE: TAIJI, XINGYI Y BAGUA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. LOS PRINCIPIOS BÁSICOS DE LAS ARTES MARCIALES INTERNAS

- 1.El desarrollo de las artes marciales chinas
  - 1.- De las artes marciales externas a las artes marciales internas
  - 2.- Las diferencias principales entre Wajjia y Neijjia
- 2.Xingyi Quan
  - 1.- Historia y linaje
  - 2.- Principios básicos y características del Xingyi Quan
  - 3.- Análisis del método de entrenamiento del Xingyi Quan
- 3.Taiji Quan
  - 1.- Historia, linaje y estilos
  - 2.- Características y principios básicos del Taiji Quan
  - 3.- Análisis del método de entrenamiento del Taiji Quan
- 4.Bagua Zhang
  - 1.- Historia, linaje y estilos
  - 2.- Características y principios básicos del Bagua Zhang
  - 3.- Análisis del método de entrenamiento del Bagua Zhang
- 5.Otros estilos de artes marciales internas
  - 1.- Tongbei Quan

2.- Baji Quan

**UNIDAD DIDÁCTICA 2. LOS FUNDAMENTOS DE LOS MOVIMIENTOS BÁSICOS QUE SE UTILIZAN EN LAS APLICACIONES**

1. Técnicas de manos

- 1.- Quan: puño o pegada
- 2.- Zhang: palma o golpe de palma
- 3.- Gou: gancho

2. Zhou o codo o golpe de codo

3. Jian u hombro o golpe de hombro

4. Kua o cadera o golpe de cadera

5. Xi o rodilla o técnicas de rodilla

6. Técnicas de pie

7. Cabeza

8. Cuerpo

9. Posición

10. Paso

**UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENTRENAMIENTO BÁSICO DE KUNGFU**

1. Zhuang gong o posición de pie como un poste

- 1.- Santi Shi o posición de pie de tres puntos
- 2.- Posición de pie de las siete estrellas
- 3.- Kan-Li Zhuang o posiciones de pie como un poste Kan y Li
- 4.- Kan Zhuang o posición de pie como un poste Kan
- 5.- Li Zhuang o posición de pie como un poste Li

2. Bu Fa o pasos de aplicación

3. Tui Shou o empuje de manos

4. Fa Jin o emitiendo la fuerza entrenada

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. MOVIMIENTOS Y APLICACIONES DE LA FORMA DE LAS DIECISÉIS POSTURAS**

1. Cómo aprender y practicar la forma de las dieciséis posturas

2. Lista de nombres de la forma de las dieciséis posturas

3. Los movimientos y las aplicaciones de la forma de las dieciséis posturas

1.- Fustigar al caballo

2.- Los tres inmortales se reúnen

4.- Er Lang cargando la montaña

1.- El tigre volador bloquea el camino

2.- Eliminando el mal con un cortador de heno

3.- El dragón negro mueve la cola

4.- Ba Wang sacude su armadura

5.- El caballo salvaje galopa

6.- El tigre hambriento se abalanza sobre su presa

7.- Zhou Cang lleva la gran espada en el hombro

8.- Plantar una flor y mover un árbol

- 9.- Durmiendo la mona debajo del pino
- 10.- El tigre feroz salta de su guarida
- 11.- La rueda de viento y fuego gira rápido
- 12.- El mono salta a su guarida
- 13.- El viento frío acaricia el rostro

5.Forma de cierre: Hua Tuo siente el pulso

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA PRÁCTICA DE LAS APLICACIONES

- 1.Entrenamiento de la aplicación
- 2.Evaluar al oponente
- 3.Encontrar la distancia correcta
- 4.Determinar el tiempo y la dirección
- 5.Moverse hacia delante, hacia atrás y hacia los lados
- 6.Proteger el cuerpo
- 7.Práctica de las aplicaciones
- 8.¿Estamos listos para luchar?
- 9.Sobre el autor y los editores

## PARTE 5. MONITOR DEPORTIVO

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL MONITOR

- 1.Definición de monitor
  - 1.- Factores y ámbito de actuación de un monitor
- 2.Funciones del monitor
- 3.Estilos del monitor deportivo
  - 1.- Estilos según la finalidad
- 4.Tipos de actividades
  - 1.- Criterios para la organización de las actividades

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR

- 1.Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
  - 1.- Resistencia
  - 2.- Fuerza
  - 3.- Flexibilidad
  - 4.- Velocidad
- 2.Las cualidades psicomotrices
- 3.Habilidades sociales del monitor
  - 1.- La asertividad
  - 2.- La Inteligencia emocional
  - 3.- Autoconcepto y autoestima
  - 4.- La empatía
- 4.Actitudes desarrolladas por el monitor

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

- 1.Introducción a la anatomía

2.Sistema óseo

- 1.- Fisiología
- 2.- División del esqueleto
- 3.- Desarrollo óseo
- 4.- Sistema óseo: composición
- 5.- Articulaciones y movimiento

3.Sistema muscular

- 1.- Tejido muscular
- 2.- Clasificación muscular
- 3.- Ligamentos
- 4.- Musculatura dorsal
- 5.- Tendones

4.Sistema nervioso

5.Sistema linfático

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO**

1.El ejercicio físico

- 1.- Clasificación
- 2.- Efectos fisiológicos del ejercicio físico
- 3.- Efectos fisiológicos en niños y adolescentes
- 4.- Fases del ejercicio

2.Adaptaciones orgánicas en el ejercicio

- 1.- Adaptaciones metabólicas
- 2.- Adaptaciones circulatorias
- 3.- Adaptaciones cardíacas
- 4.- Adaptaciones respiratorias
- 5.- Adaptaciones de la sangre
- 6.- Adaptaciones del medio interno

3.Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga

- 1.- Fuerza, potencia, rendimiento y recuperación del glucógeno muscular
- 2.- La fatiga

**UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS**

1.Introducción a las cualidades físicas básicas

2.Resistencia

- 1.- Factores que influyen en el desarrollo de la resistencia
- 2.- Desarrollo y evolución de la resistencia

3.Fuerza

- 1.- Factores que influyen en el desarrollo de la fuerza
- 2.- Desarrollo y evolución de la fuerza

4.Velocidad

- 1.- Factores que influyen en la velocidad
- 2.- Desarrollo y evolución de la velocidad

5.Flexibilidad

- 1.- Factores que influyen en la flexibilidad

**UNIDAD DIDÁCTICA 6. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO**

1.Introducción a las cualidades psicomotrices

2.El esquema corporal

- 1.- Elaboración del esquema corporal
- 2.- Organización del esquema corporal

3.El proceso de lateralización

4.Coordinación

- 1.- Tipos de coordinación
- 2.- Factores condicionantes de la coordinación
- 3.- La evolución de la coordinación
- 4.- Orientaciones educativas para el desarrollo de la coordinación

5.Equilibrio

- 1.- Tipos de equilibrio
- 2.- Factores condicionantes del equilibrio
- 3.- Evolución del equilibrio
- 4.- Orientaciones educativas para el equilibrio

6.Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices

7.Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

**UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO**

1.Programación del proceso de entrenamiento

2.Planificación del entrenamiento

3.Sesión de entrenamiento

- 1.- Fases de una sesión de entrenamiento
- 2.- Objetivos de la sesión de entrenamiento
- 3.- Tipos de sesiones de entrenamiento

4.Características de un buen entrenador

**UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS DE DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS**

1.Técnica y táctica de los deportes

- 1.- La técnica
- 2.- La táctica

2.Reglas de juego

3.Didáctica de la iniciación deportiva

- 1.- Modelos de iniciación deportiva
- 2.- Fases de la iniciación deportiva
- 3.- Tipos de juegos para la iniciación deportiva
- 4.- Juegos de iniciación para deportes de equipo

4.Juegos aplicados a la educación física

- 1.- Tipos de juegos aplicados a la educación física

5.Aprendizaje y desarrollo motor

- 1.- Características del aprendizaje motor
- 2.- Principales modelos explicativos del aprendizaje motor
- 3.- Factores que intervienen en el aprendizaje motor
- 4.- Desarrollo motor
6. Test y baterías de evaluación

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. TÉCNICAS DE DESARROLLO FÍSICO INTEGRAL**

1. La actividad física y el deporte a desarrollar
2. Métodos y técnicas didácticas aplicadas a la educación física. Juegos aplicados a la educación física
  - 1.- Métodos de enseñanza en educación física
  - 2.- Técnicas de enseñanza en educación física
3. Reglamentación y normas de juego básicas en cada deporte
  - 1.- Aeróbic
  - 2.- Fútbol
  - 3.- Natación
  - 4.- Baloncesto
  - 5.- Tenis
  - 6.- Atletismo
  - 7.- Artes marciales: Judo
  - 8.- Voleibol
  - 9.- Balonmano
  - 10.- Bádminton

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO**

1. Introducción a las lesiones deportivas
2. Definición
3. La prevención
4. Tratamiento
5. Lesiones deportivas frecuentes
  - 1.- Lesiones musculares
  - 2.- Lesiones en los tendones
  - 3.- Lesiones articulares
  - 4.- Lesiones óseas
6. ¿Qué debes hacer si te lesionas durante la realización del ejercicio físico?
7. ¿Qué puedes hacer si te lesionas?
8. Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. PRIMEROS AUXILIOS**

1. Introducción a los primeros auxilios
  - 1.- Principios básicos de actuación en primeros auxilios
  - 2.- La respiración
  - 3.- El pulso
2. Actuaciones en primeros auxilios
  - 1.- Ahogamiento

- 2.- Las pérdidas de consciencia
  - 3.- Las crisis cardíacas
  - 4.- Hemorragias
  - 5.- Las heridas
  - 6.- Las fracturas y luxaciones
  - 7.- Las quemaduras
3. Normas generales para la realización de vendajes
  4. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
    - 1.- Ventilación manual
    - 2.- Masaje cardíaco externo

## **PARTE 6. COACH DEPORTIVO**

### **MÓDULO I. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. ¿QUÉ ES EL COACHING?**

1. El cambio, la crisis y la construcción de la identidad
2. Concepto de coaching
3. Etimología del coaching
4. Influencias del coaching
5. Diferencias del coaching con otras prácticas
6. Corrientes actuales de coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. IMPORTANCIA DEL COACHING**

1. ¿Por qué es importante el coaching?
2. Principios y valores
3. Tipos de coaching
4. Beneficios de un coaching eficaz
5. Mitos sobre coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (I)**

1. Introducción: los elementos claves para el éxito
2. Motivación
3. Autoestima
4. Autoconfianza

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL COACHING (II)**

1. Responsabilidad y compromiso
2. Acción
3. Creatividad
4. Contenido y proceso
5. Posición “meta”
6. Duelo y cambio

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ÉTICA Y COACHING**

1. Liderazgo, poder y ética
2. Confidencialidad del Proceso

- 3.Ética y Deontología del coach
- 4.Código Deontológico del Coach
- 5.Código Ético

## **MÓDULO II. EL PROCESO DE COACHING**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. COACHING, CAMBIO Y APRENDIZAJE**

- 1.La superación de los bloqueos
- 2.El deseo de avanzar
- 3.Coaching y aprendizaje
- 4.Factores que afectan al proceso de aprendizaje
- 5.Niveles de aprendizaje

### **UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL PROCESO DE COACHING: ASPECTOS GENERALES**

- 1.Coaching ¿herramienta o proceso?
- 2.Motivación en el proceso
- 3.La voluntad como requisito del inicio del proceso
- 4.Riesgos del proceso de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 8. HABILIDADES RELACIONADAS CON EL PROCESO**

- 1.Introducción
- 2.Escucha
- 3.Empatía
- 4.Mayéutica e influencia
- 5.La capacidad diagnóstica

### **UNIDAD DIDÁCTICA 9. FASES EN EL PROCESO DE COACHING**

- 1.Primer fase: establecer la relación de coaching
- 2.Segunda fase: planificación de la acción
- 3.Tercera fase: ciclo de coaching
- 4.Cuarta Fase: evaluación y seguimiento
- 5.Una sesión inicial de coaching

### **UNIDAD DIDÁCTICA 10. EVALUACIÓN (I)**

- 1.¿Por qué es necesaria la evaluación?
- 2.Beneficios de los programas de evaluación de coaching
- 3.Factores que pueden interferir en la evaluación
- 4.¿Cómo evaluar?
- 5.Herramientas de medida para la evaluación de resultados

### **UNIDAD DIDÁCTICA 11. EVALUACIÓN (II)**

- 1.El final de la evaluación
- 2.Evaluación externa
- 3.Sesiones de evaluación continua
- 4.Tipos de perfiles
- 5.Cuestionario para evaluar a un coach

## **MÓDULO III. COACH Y COACHEE**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 12. EL COACH**



- 1.La figura del coach
- 2.Tipos de coach
- 3.Papel del coach en el proceso de coaching ejecutivo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 13. COMPETENCIAS DEL COACH**

- 1.Competencias clave y actuación del coach
- 2.Las características del coach efectivo para el desarrollo de competencias
- 3.Dos competencias clave para el desarrollo de una empresa liberadora

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 14. LA PREPARACIÓN DE UN BUEN COACH**

- 1.Preparación técnica: formación y experiencia empresarial
- 2.Errores más comunes del coach
- 3.Capacitación para conducir las sesiones de coaching

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 15. LA FIGURA DEL COACHEE**

- 1.La figura del coachee
- 2.Características del destinatario del coaching
- 3.La capacidad para recibir el coaching
- 4.La autoconciencia del cliente

### **MÓDULO IV. COACHING Y DEPORTE**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 16. COACHING Y DEPORTE**

- 1.El origen del coaching
- 2.La estrategia deportiva
- 3.Coaching deportivo: aprender a fluir

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 17. VALORES DEL DEPORTE**

- 1.El deporte: crisol de valores
- 2.La sana competitividad
- 3.Beneficios del deporte
- 4.Coaching deportivo y salud

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 18. EL ENTRENADOR: COACH**

- 1.Descripción del buen entrenador
- 2.Objetivos, misión y valores del entrenador
- 3.Claves del entrenador-coach
- 4.Gestionar deportistas

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 19. EL ENTRENAMIENTO**

- 1.¿Qué significa entrenar?
- 2.Claves para un buen entrenamiento
- 3.Tipos de entrenamiento
- 4.Parámetros para alcanzar la excelencia

### **MÓDULO V. ELEMENTOS NECESARIOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 20. CONCIENCIA PERSONAL**

- 1.El deportista: concentración

- 2.Regulación emocional en el deporte y las atribuciones
- 3.Autoestima y autoconfianza
- 4.Prevenición de lesiones

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 21. CONCIENCIA GRUPAL**

- 1.El equipo: sinergia grupal
- 2.Grupo vs. Equipo
- 3.El éxito colectivo

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 22. GESTIÓN DE LAS EMOCIONES**

- 1.Mantener una actitud positiva
- 2.Motivación
- 3.Reconocer las posibilidades: autovaloración
- 4.Energía emocional
- 5.Intención ganadora

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 23. EL CUERPO, LA MENTE Y EL DEPORTE**

- 1.Cuerpo
- 2.Mente
- 3.Equilibrio cuerpo y mente

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 24. LÍDER Y LIDERAZGO**

- 1.El líder
- 2.Liderazgo
- 3.Enfoques centrados en el líder
- 4.Teorías situacionales o de contingencia
- 5.Estilos de liderazgo

### **MÓDULO VI. TÉCNICAS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 25. TÉCNICAS DEPORTIVAS**

- 1.Introducción a las técnicas de coaching en positivo
- 2.Visualización
- 3.Relajación
- 4.Concentración

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 26. TÉCNICAS DE EQUIPO**

- 1.Definición y clasificación
- 2.Técnicas de grupo grande
- 3.Grupo mediano
- 4.Técnicas de grupo pequeño
- 5.Técnicas que requieren del coach
- 6.Técnicas según su objetivo

### **MÓDULO VII. ESTABLECIMIENTO DE METAS**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 27. LAS METAS EN EL DEPORTE**

- 1.¿Qué entendemos por meta?
- 2.Pautas para establecer una buena meta
- 3.Diseño de un sistema de establecimiento de metas

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

#### UNIDAD DIDÁCTICA 28. ESTABLECER OBJETIVOS

1. Diferencia entre objetivo y meta
2. Pautas para enunciar objetivos
3. Fases para establecer objetivos

#### UNIDAD DIDÁCTICA 29. PREPARACIÓN PARA ALCANZAR LA META

1. Plantear las metas
2. Conseguir las metas

### MÓDULO VIII. COACHING DEPORTIVO Y OTRAS DISCIPLINAS

#### UNIDAD DIDÁCTICA 30. COACHING, PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y DEPORTE

1. ¿Qué es la psicología del deporte?
2. Herramientas, ejercicios y principios de la psicología del deporte
3. Aportaciones de la psicología al deporte

#### UNIDAD DIDÁCTICA 31. COACHING, MENTORING Y DEPORTE

1. ¿Qué es el mentoring?
2. Semejanzas y diferencias entre coaching y mentoring
3. Principios y leyes del mentoring
4. Herramientas y técnicas del mentoring

#### UNIDAD DIDÁCTICA 32. COACHING, INTELIGENCIA EMOCIONAL Y DEPORTE

1. ¿Qué es la Inteligencia Emocional?
2. Componentes de la inteligencia emocional
3. Habilidades de inteligencia emocional
4. Aportaciones de la Inteligencia Emocional al deporte

#### UNIDAD DIDÁCTICA 33. COACHING, PNL Y DEPORTE

1. ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
2. Principios de la PNL
3. Los sistemas representacionales
4. Coaching, PNL y deporte

### PROGRAMA DE BECAS PARA MASTER

Euroinnova cuenta con un programa de **becas de master** para ayudarte a decidir tu futuro, puedes entrar y solicitarla, Euroinnova cuenta con más de 2000 **master online** que puedes consultar y solicitar tu beca.

Haz clic para conocer nuestro catálogo de **cursos online**

Terminos relacionados:

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

## Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria

Agresión, Aikido, Análisis Transaccional, Anatomía, Arma, arte, artes, Autoconciencia, Autoconocimiento, Autogestión, Bagua, bloqueo, Chinas, Coach, Coaching, Coaching Deportivo, Coaching Ejecutivo, Combate, Calidad, curso, Dan, Defensa, deporte, Deportivo, Entrenamiento, Estrangulación, Fisiología, formacion, Habilidad, Hakama, Homologado, Hyoho, Interiorización, Interna, Kaeshi, Keiko, Kiawase, Liderazgo, luxación, Marciales, Marical, Mediadores Familiares, Modelo PISTA, monitor, Movimiento, Nei, Neijia, Personal, Process Communication Model, Programación Neurolingüística, Proyección, Qigong, Quan, Recursos humanos, Resistencia, Salud, Shisei, Shite, Táctica, Taiji, técnica, tecnicas, Universitario, WAI, Waza, Xingyi, Yang, Ying

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

Llama gratis : 900 831 200

+ de 100.000 alumnos formados con el 99% de satisfacción, consulta opiniones reales

Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

## FICHA DE MATRICULACIÓN

Para efectuar su matrícula sólo tiene que hacernos llegar esta ficha con sus datos personales vía email a [formacion@euroinnova.com](mailto:formacion@euroinnova.com).

POSTGRADO EN QUE DESEA MATRICULARSE: : .....

.....

Nombre: .....

Apellidos:.....

DNI/ID/Pasaporte:.....

Domicilio envío: .....

..... CP:.....

Localidad:.....

Provincia:..... País:.....

Teléfono:..... E-mail:.....

Horario de entrega (Mañana o tarde).....

Forma de pago .....

Observaciones:.....

Una vez recibidos los datos personales, uno de nuestros asesores pedagógicos contactará con usted para concretar la matrícula y confirmarle cuando va a recibir todos los materiales en su domicilio.



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

**DESDE ESPAÑA LLAMA GRATIS A:**  
900 831 200

**DESDE FUERA DE ESPAÑA:**  
+ 34 958 05 02 00

EUROINNOVA FORMACIÓN  
POLÍGONO INDUSTRIAL LA ERMITA.  
EDIF. CENTRO DE EMPRESAS GRANADA. OFICINA 1º D • 18230 ATARFE - GRANADA  
Teléfono: 958 050 200

Información gratis Master en Artes Marciales + Titulación Universitaria



[www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

**Llama gratis : 900 831 200**