



**EUROINNOVA FORMACION**  
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

## **Programación de Actividades de Instrucción en Yoga**

Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

Titulación certificada por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL

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

Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

# Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

**Duración:** 120 horas

**Precio:** 150 € \*

**Modalidad:** A distancia

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



Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### Descripción

El yoga se considera, sin duda, una de las mejores disciplinas para el cuidado de la salud. Es mucho más que un ejercicio físico, pues también involucra a nuestro estado mental y espiritual. Si bien parece estar de moda en estos últimos años es una disciplina practicada desde la antigüedad en la India, hace unos 5.000 mil años. Por tanto, con este curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para programar las actividades de la sala de yoga de acuerdo a la programación general de referencia.

### 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 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



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

Llama gratis : 900 831 200

## A quién va dirigido

Este curso está dirigido a todas aquellas personas interesadas, ya sea a nivel profesional o por motivo personal en lo relacionado con las actividades físico- deportivas recreativas en general y, más concretamente, con la instrucción en yoga.

## Objetivos

- Definir y aplicar pruebas para la determinación del nivel de habilidad motriz, el nivel de condición física, el nivel de condición biológica, intereses, motivaciones y grado de autonomía personal de los distintos practicantes, en función de su género, edad y características personales.
- Establecer los procesos y periodicidad para la evaluación cualitativa y cuantitativa de los objetivos establecidos en los distintos programas de instrucción en Yoga.
- Analizar y definir los procesos de adaptación fisiológica del organismo a la actividad física en Yoga y relacionar estos procesos con la salud, la mejora de la calidad de vida y el bienestar.
- Elaborar programas de instrucción en Yoga para diferentes tipos de practicantes, definiendo y estableciendo estrategias metodológicas adaptadas a su tipología y a la complejidad de diversos tipos de actividades de Yoga para establecer la progresión de su aprendizaje.

## Para que te prepara

La presente formación se ajusta al itinerario formativo del Modulo Formativo MF2039\_3 Programación de actividades de instrucción en yoga, certificando el haber superado las distintas Unidades de Competencia en él incluidas, y va dirigido a la acreditación de las Competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral y de la formación no formal, vía por la que va a optar a la obtención del correspondiente Certificado de Profesionalidad, a través de las respectivas convocatorias que vayan publicando las distintas Comunidades Autónomas, así como el propio Ministerio de Trabajo (Real Decreto 1224/2009 de reconocimiento de las competencias profesionales adquiridas por experiencia laboral).

## Salidas laborales

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

## **Programación de Actividades de Instrucción en Yoga**

Desarrolla su actividad profesional como autónomo o por cuenta ajena dentro del marco de un programa con actividades de Yoga, tanto en el ámbito público, organizaciones no gubernamentales, fundaciones, asociaciones, como en entidades de carácter privado, ya sean grandes, medianas o pequeñas empresas que ofrezcan servicios de ocio y tiempo libre, turismo y servicios relacionados con el mantenimiento y cuidado corporal y el desarrollo personal. Su actividad se desarrolla en ayuntamientos, asociaciones, gimnasios, comunidades de vecinos, centros penitenciarios, centros educativos e instalaciones afines, empresas turísticas, hoteles, balnearios, pudiendo colaborar en un equipo interdisciplinar. En el desarrollo de la actividad profesional se aplican los principios de accesibilidad universal de acuerdo con la legislación vigente.

Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### Titulación

Certificado de Aprovechamiento de haber cursado la formación que le Acredita las Unidades de Competencia recogidas en el Módulo Formativo MF2039\_3 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga regulada en el Real Decreto 1076/2012, de 13 de Julio por el que establece el correspondiente Certificado de Profesionalidad Instrucción en Yoga.



**EUROINNOVA**  
BUSINESS  
SCHOOL

TITULACIÓN EXPEDIDA POR  
EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL  
CENTRO DE ESTUDIOS DE POSTGRADO



**Titulación Avalada Para El  
Desarrollo De Las Competencias  
Profesionales R.D. 1224/2009**

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de Euroinnova Formación vía correo postal, la titulación que acredita el haber superado 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 instituciones 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 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



### 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



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION  
Con Estatuto Consultivo Consejo Español de Ciencias Económicas y Sociales de la UNESCO (plum, Resolución 60/8)

## Forma de financiación

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

Otros: PayU, Sofort, Western Union, SafetyPay

Llama gratis al 900831200 e infórmate 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 donde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios.

Los materiales son de tipo monográfico, de sencilla lectura y de carácter eminentemente práctico. La metodología a seguir se basa en leer el manual teórico, a la vez que se responden las distintas cuestiones que se adjuntan al final de cada bloque temático.

Para su evaluación, el alumno/a deberá hacernos llegar en el sobre de franqueo en destino, el "Cuaderno de Ejercicios" que se adjunta. La titulación será remitida al alumno/a por correo, una vez se haya comprobado el nivel de satisfacción previsto (75% del total de las respuestas).

Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



www.euroinnova.edu.es

Llama gratis : 900 831 200

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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### Materiales didácticos



- Maletín porta documentos
- Manual teórico 'UF1919 Programación y Gestión de Recursos en Actividades de Instrucción en Yoga'
- Manual teórico 'UF0673 Análisis Diagnóstico y Evaluación en Instrucción de Yoga'
- Cuaderno de ejercicios
- Cuaderno de ejercicios
- Sobre a franquear en destino
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Bolígrafo

Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### 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 plantilla de 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 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### Plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de 6 meses para la finalización del curso, a contar desde la fecha de recepción de las materiales 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 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



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

Llama gratis : 900 831 200

## Programa formativo

# MÓDULO 1. PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN EN YOGA

## UNIDAD FORMATIVA 1. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO Y EVALUACIÓN EN INSTRUCCIÓN DE YOGA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ANÁLISIS DEL PRACTICANTE EN INSTRUCCIÓN EN YOGA.

- 1.Aspectos básicos de aplicación.
- 2.Medidas antropométricas en el ámbito del Yoga.
- 3.Pruebas biológico-funcionales en el ámbito del Yoga.
- 4.Pruebas de análisis postural en el ámbito del Yoga.
- 5.Pruebas y test de valoración de la condición física para las actividades de Yoga.
- 6.Personalidad, motivaciones e intereses, fundamentos y valoración en el ámbito del Yoga.
- 7.Entrevista personal en el ámbito del Yoga:

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO PREVIO A LA PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN EN YOGA.

- 1.Interpretación de la Programación General de la Entidad.
- 2.Recogida de datos e información.
- 3.Análisis del contexto de intervención y oferta adaptada de actividades.
- 4.Análisis diagnóstico - orientaciones para la concreción de la Programación General
- 5.Integración y tratamiento de la información obtenida

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. EVALUACIÓN PROGRAMÁTICA Y OPERATIVA EN LA INSTRUCCIÓN DEL YOGA.

- 1.Procesos y periodicidad de la evaluación en relación al programa de referencia.
- 2.Aspectos cuantitativos y cualitativos de la evaluación.
- 3.Diseño de los procesos de la evaluación
- 4.Evaluación del proceso, resultados y calidad del servicio.
- 5.Periodicidad de la evaluación - cronograma de la misma.
- 6.Evaluación operativa de programas de actividades de Yoga a diferentes tipos de practicantes:
- 7.Objetivos, Evaluación del aprendizaje, Proceso de la evaluación, Medidas correctoras atendiendo a la evaluación, Herramientas de observación, control y evaluación y Evaluación del programa.

## UNIDAD FORMATIVA 2. PROGRAMACIÓN Y GESTIÓN DE RECURSOS EN ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN EN YOGA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. ADAPTACIÓN FUNCIONAL - RESPUESTA SALUDABLE A LA PRÁCTICA DEL YOGA.

- 1.Los procesos adaptativos en las actividades de Yoga
- 2.Metabolismo energético.
- 3.Adaptación cardio-vascular.

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

4. Adaptación del Sistema respiratorio.
5. Adaptación del Sistema nervioso y endocrino.
6. Adaptación del Sistema músculo-esquelético.
7. Distensibilidad muscular: Límites- incremento adaptativo.
8. Fatiga y recuperación
9. Concepto de salud y su relación con el Yoga.
10. Efectos adaptativos específicos del Yoga sobre la salud y la calidad de vida.
11. Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividades de Yoga.
12. Higiene corporal y postural a través de las actividades de Yoga.
13. Hábitos de vida saludables. Factores condicionantes del nivel de condición psicofísica saludable.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FACTORES DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ EN YOGA.

1. Condición Física - Capacidades Físicas.
2. Condición Física en el ámbito de la salud - Componentes
3. Capacidades coordinativas

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. GESTIÓN DE ESPACIOS Y RECURSOS MATERIALES EN ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN EN YOGA.

1. Características de los espacios
2. Ámbitos de desarrollo de actividades de Yoga
3. Características del demandante de actividades de Yoga.
4. Recursos materiales y de soporte en Yoga
5. Promoción y divulgación de las actividades de Yoga
6. Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones
7. Riesgos característicos de las instalaciones para actividades de Yoga.
8. Protocolos de seguridad.
9. Guía para la acción preventiva.
10. Accesibilidad a instalaciones de Yoga y deportivas.
11. Inventariado y mantenimiento del material.

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROGRAMACIÓN DE LA INSTRUCCIÓN EN YOGA.

1. Marco teórico: la programación en el ámbito del Yoga.
2. Criterios de adaptación de las sesiones a las distintas necesidades y tipología los de practicantes: (embarazadas, edad escolar; adultos, mayores de 65 años, colectivos especiales, entre otros).
3. Criterios de aplicación metodológica y estrategias didácticas individualizadas y en grupo de instrucción de actividades de Yoga.
4. Integración de las distintas variables
5. Criterios de programación
6. Elaboración de programas en ámbitos y contextos específicos
7. Estructura del programa.
8. Estructura de la sesión de Yoga

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACTIVIDADES DE YOGA APLICADAS A LOS DIFERENTES NIVELES DE AUTONOMÍA PERSONAL.

1. Discapacidad: concepto, tipos y características.
2. Clasificaciones médico-deportivas y su transferencia al Yoga

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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga

### PROGRAMA DE BECAS PARA MASTER

Euroinnova cuenta con un programa [becas de master](#) para ayudarte a decidir tu futuro, puedes entrar y solicitarla, Euroinnova cuenta con más de [master online](#) que puedes consultar y solicitar tu beca.

Haz clic para conocer nuestro catálogo de [cursos online](#)

Terminos relacionados:

Curso, Certificación, Cualificación, Profesional, Certificado, Profesionalidad, Actividades, Físicas, Deportivas, Recreativas, AFDA0311, Instrucción, Yoga, UC2039\_3, Programar, Actividades, Sala, Yoga, Programación, Adaptación, Condición, Física, Fuerza, Flexibilidad, Resistencia, Equilibrio, Objetivos, Recursos, Materiales, Humanos, Metodología, Análisis, Diagnóstico, Evaluación.

Información gratis Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



[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

## Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



# 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 Programación de Actividades de Instrucción en Yoga



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

**Llama gratis : 900 831 200**