



**EUROINNOVA FORMACION**  
INTERNATIONAL BUSINESS SCHOOL

## *Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)*

Información gratis Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

**Titulación certificada por EUROINNOVA BUSINESS SCHOOL**

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

Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

# *Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)*

**Duración:** 150 horas

**Precio:** 199 € \*

**Modalidad:** Online

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



Información gratis Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

### 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 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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.
- Describir y realizar el análisis diagnóstico del contexto de intervención recabando, procesando e integrando los distintos tipos de información obtenida para concretar los objetivos operativos de los programas y de las sesiones de actividades de Yoga a partir de la programación general de referencia.
- 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 llevar a cabo el proceso de evaluación en sesiones de instrucción en Yoga y su desarrollo de la práctica, para mejorarla y adaptarla a sus necesidades y expectativas, y observando medidas de prevención de riesgos.
- Disponer las condiciones de distintas tipologías de salas de Yoga, de su área de trabajo y el material de apoyo correspondiente para la práctica de actividades de instrucción en Yoga, observando medidas de prevención de riesgos y atendiendo a criterios de accesibilidad.
- Diseñar sesiones de instrucción en Yoga conforme a la programación operativa de referencia, aplicando la metodología establecida en dicha programación adaptada a las características y necesidades de los practicantes y a los medios disponibles, explicitando las medidas de prevención de riesgos que impone la normativa vigente y comprobando que se respetan los criterios de accesibilidad establecidos.
- Aplicar técnicas de dirección y dinamización de sesiones de instrucción en Yoga, conforme al diseño operativo de la misma adaptándose a las características y necesidades de los practicantes y materiales establecidos para su desarrollo, adoptando las medidas de prevención de riesgos y asegurando la accesibilidad a todos los practicantes.

## *Para que te prepara*

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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

La presente formación se ajusta al itinerario formativo del Modulo Formativo MF2040\_3 Metodología de la instrucción en sesiones de 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*

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.

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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

### Titulación

Certificado de Aprovechamiento de haber cursado la formación que le Acredita las Unidades de Competencia recogidas en el Módulo Formativo MF2040\_3 Metodología de la Instrucción en Sesiones de 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

**CUALIFICA2**



**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 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



### 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 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. Además recibirá los materiales didácticos que incluye el curso para poder consultarlos en cualquier momento y conservarlos una vez finalizado el mismo. 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

### *Materiales didácticos*



- Maletín porta documentos
- Manual teórico 'UF0673 Análisis Diagnóstico y Evaluación en Instrucción de Yoga'
- Manual teórico 'UF1920 Diseño y Dirección de Sesiones y Actividades de Yoga'
- Subcarpeta portafolios
- Dossier completo Oferta Formativa
- Carta de presentación
- Guía del alumno
- Bolígrafo

Información gratis Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

### 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

### *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 mate 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



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

**Llama gratis : 900 831 200**

## Programa formativo

# MÓDULO 1. METODOLOGÍA DE LA INSTRUCCIÓN EN SESIONES DE 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. DISEÑO Y DIRECCIÓN DE SESIONES Y ACTIVIDADES DE YOGA

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIÓN, RECURSOS Y MATERIALES PARA LA INSTRUCCIÓN EN YOGA.

- 1.Tipos y características de las instalaciones o sala para la práctica del Yoga.
- 2.Normativa de construcción y mantenimiento de las instalaciones deportivas habituales para la impartición del Yoga.

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

3.La accesibilidad en las instalaciones deportivas habituales para la impartición del Yoga: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones.

4.Plan de mantenimiento de las instalaciones deportivas habituales para la impartición del Yoga, sus equipamientos, equipos y materiales

5.Adaptación de las instalaciones y espacios de trabajo para el desarrollo de la sesión de Yoga.

6.Materiales básicos y de apoyo en la práctica de Yoga

7.Normas, protocolos de seguridad y prevención de riesgos durante el desarrollo de la sesión de Yoga.

8.Normativa vigente en materia de Igualdad de Oportunidades.

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. BIOMECÁNICA APLICADA AL YOGA.

1.Principios básicos de la biomecánica del movimiento

2.Componentes de la Biomecánica

3.Los reflejos miotáticos-propioceptivos

4.Análisis de los movimientos

5.Límites fisiológicos de las estructuras articulares y musculares

6.Biomecánica y fisiología básica del aparato respiratorio

7.Respiración pulmonar

8.Respiración celular

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. BASES NEUROFISIOLÓGICAS DE LA RELAJACIÓN Y LA MEDITACIÓN EN YOGA.

1.Neurofisiología de la actividad cerebral

2.Técnicas de relajación occidentales versus las técnicas orientales

3.Meditaciones occidentales versus las técnicas orientales

4.Técnicas de observación, concentración y meditación según objetivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA DE INSTRUCCIÓN APLICADA A LAS ACTIVIDADES DE YOGA.

1.Teoría y bases fundamentales del aprendizaje y desarrollo motor aplicados al Yoga

2.Metodología didáctica y estilos de enseñanza: adaptación a la instrucción en Yoga para los diferentes tipos de practicantes.

3.Diseño y desarrollo de la sesión de Yoga, para su adecuación a las necesidades y expectativas de cada practicante

4.La intervención - dirección y dinamización en la sesión de Yoga

5.Interpretación y utilización de los datos del seguimiento y evaluación continua de los resultados individuales, para la adaptación de las sesiones a las necesidades de los diferentes tipos de practicantes

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. HÁBITOS HIGIÉNICOS SALUDABLES COMPLEMENTARIOS A LA SESIÓN DE YOGA.

1.El estilo de vida conforme a la filosofía y la ética del Yoga: concepto de salud y factores que lo determinan.

2.Higiene individual y colectiva.

3.La actividad física como hábito higiénico-saludable.

4.Aspectos determinantes para una alimentación saludable

5.Composición corporal, balance energético y control del peso

6.Hábitos no saludables - conductas de riesgo para la salud

7.Medidas y técnicas recuperadoras

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. NORMALIZACIÓN E INTEGRACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LAS ACTIVIDADES DE YOGA.

1.Identificación de los diferentes tipos de discapacidad

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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)

2. Adaptación de las habilidades básicas y específicas de las actividades de Yoga a las diferentes capacidades.
3. Criterios para la organización de las actividades de Yoga adaptadas a las diferentes discapacidades:
4. Normas básicas de seguridad e higiene en actividades de Yoga para personas con diferentes tipos de discapacidades.
5. Organismos y entidades locales, autonómicas, nacionales e internacionales relacionadas con las personas con discapacidad.

## 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:

Actividades, AFDA0311, análisis, Biomecánica, certificación, certificado, cualificación, curso, Deportivas, Diagnóstico, Dirección, Discapacidad, , diseño, Evaluación, Físicas, Hábitos, Higiénicos, instalación, Instrucción, Integración, materiales, Metodología, Neurofisiología, Normalización, profesional, Profesionalidad, programar, Recreativas, recursos, Salud, Sesiones, UC2040\_3, Yoga

Información gratis Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



[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

## Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



# 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 Metodología de la Instrucción en Sesiones de Yoga (Online)



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

**Llama gratis : 900 831 200**