



OYC
oposiciones y cursos

Programa del curso profesional:

Monitor de Yoga Infantil

WWW.OPOSICIONESYCURSOS.ES

Metodología

El Curso será desarrollado con una metodología Semipresencial. El sistema está organizado ateniéndonos en todo momento a las necesidades del alumno de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso en las tutorías presenciales así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación.

Profesorado

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes:

Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licenciados/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadores/as sociales etc...

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

- Por el aula virtual,
- Por e-mail
- Por teléfono

Prácticas

Tenemos convenios de prácticas con las mejores empresas de cada sector y existe la posibilidad, siempre contando con la disponibilidad del alumno, de la realización de estas prácticas para afianzar sus conocimientos teóricos.

TEMARIO

MÓDULO 1. ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO HUMANO

El aparato locomotor

Los huesos

- Clasificación de los huesos
- Estructura del esqueleto humano
- Finalidad de los huesos

Los músculos

- Clasificación de los músculos
- Acción de cada músculo
- Estructura muscular
- Conexión de los músculos con el sistema nervioso
- Finalidad de los músculos

Las articulaciones

- Estructura de la articulación
- Clases de articulaciones
- Modelos de articulaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

Introducción a la fisioterapia

- Mecánica del movimiento

Fundamentos anatómicos del movimiento

- Planos, ejes y articulaciones
- Fisiología del movimiento
- Preparación y gasto de la energía

MÓDULO 2. INTRODUCCIÓN A LAS TÉCNICAS DE RELAJACIÓN INFANTIL

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA RESPIRACIÓN

Concepto de respiración

Respiración consciente

- Beneficios de la respiración consciente

Ejercicios respiratorios

- Ejercicios de familiarización

- Ejercicios de toma de conciencia

Juegos de respiración

UNIDAD DIDÁCTICA 4. RELAJACIÓN INFANTIL

Ansiedad

Estrés

- Los niños y el estrés

Relajación

- Papel de la relajación en el ámbito educativo

Relajación con niños

- Método de relajación

- Posiciones de relajación

Relajación progresiva de Jacobson

Relajación pasiva

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA MEDITACIÓN Y EL CHIKUNG INFANTIL

La meditación

- Técnica para enseñar a meditar a los niños

- Efectos de las técnicas de meditación

¿Qué es el Chikung?

- Beneficios del Chikung

La energía de nuestro cuerpo

Pautas para una sesión de chikung infantil

UNIDAD DIDÁCTICA 6. RELAJACIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO

Concepto de calidad del movimiento

Musicoterapia

- La función auditiva en musicoterapia
- Beneficios de la musicoterapia
- Estrategias en musicoterapia

Danzaterapia

- Características básicas de la danzaterapia
- La técnica básica de la danzaterapia

El juego simbólico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL MASAJE INFANTIL Y EL REIKI

¿Qué es el masaje infantil?

- Origen del masaje infantil

Beneficios del masaje infantil

El poder del tacto: el masaje a niños más mayores

Introducción al Reiki

- ¿Qué es el reiki?

MÓDULO 3. EL YOGA EN LA INFANCIA

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ORÍGENES Y EVOLUCIÓN DEL YOGA

Orígenes e historia del yoga

- Civilización del Valle del Indo
- Período védico
- Período épico y puránico
- Período medieval
- Período Moderno contemporáneo

Escuelas filosóficas

- Vedanta
- Yoga
- Samkhya
- Mimansa
- Vaishesika
- Nyaya

Sendas del Yoga clásico

- Karma Yoga
- Raja Yoga
- Bhakti Yoga
- Jnana Yoga

Senderos del Yoga

- Dhyana Yoga
- Hatha Yoga
- Japa Yoga
- Kundalini Yoga
- Laya Yoga
- Mantra Yoga
- Tantra Yoga, entre otros

El Yoga en occidente

- Introducción, desarrollo y adaptaciones
- Interpretación occidental de las escuelas filosóficas de la India

UNIDA DIDÁCTICA 9. EL YOGA EN LA INFANCIA

Conceptos básicos

El yoga y los niños

- Objetivos del yoga en la infancia

Yoga para niños discapacitados

Las clases de yoga

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PROCEDIMIENTOS Y POSTURAS DEL YOGA INFANTIL

Procedimientos del Yoga

Las asanas del yoga infantil

Estructura de una sesión de yoga

- Saludo
- Relajación inicial
- Calentamiento
- Saludo al sol
- Fase de relajación
- Serie de asanas

- Meditación o círculo final

UNIDAD DIDÁCTICA 11. GESTIÓN DE ESPACIOS Y RECURSOS MATERIALES EN ACTIVIDADES DE INSTRUCCIÓN DE YOGA

Características de los espacios específicos de Yoga

- Espacios alternativos y adaptados

Ámbitos de desarrollo de actividades de Yoga

Recursos materiales y de soporte en Yoga

- Material tradicional
- Colchonetas
- Mantas
- Cintas
- Bloques
- Cojines
- Equipo musical
- Otros materiales adaptados

Medidas generales de prevención de riesgos laborales en las instalaciones y normativa aplicable

- Accesibilidad a las instalaciones de Yoga

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

Introducción a los primeros auxilios

- Principios básicos de actuación en primeros auxilios
- La respiración
- El pulso

Actuaciones en primeros auxilios

- Ahogamiento
- Las pérdidas de consciencia
- Las crisis cardíacas
- Hemorragias
- Las heridas
- Las fracturas y luxaciones
- Las quemaduras

Normas generales para la realización de vendajes

RCP básica

- RCP en niños y lactantes