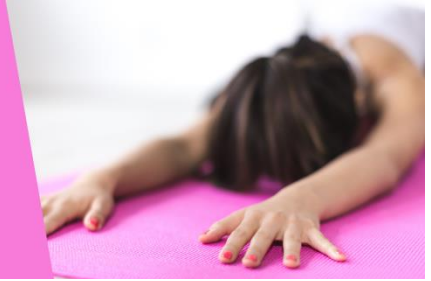


CURSOS ONLINE 100% SUBVENCIONADOS

MONITOR DE YOGA INFANTIL



Curso bonificado por Fundación Tripartita y Seguridad Social. No supone ningún coste para empresa ni trabajador
Duración: 60 horas | Modalidad: online

MÓDULO 1. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA

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



**CUBIC
FORMACIÓN**

Si quieres información o inscribirte,
pincha aquí y déjanos tus datos
para que nos pongamos en contacto

www.cubicformacion.com