



# PROGRAMA FORMATIVO

**Curso de Monitor de Yoga Infantil (Titulación Profesional Acreditada + CARNÉ FEDERADO)**

## Curso de Monitor de Yoga Infantil (Titulación Profesional Acreditada + CARNÉ FEDERADO)

Duración: 300 horas

Precio: 260 € \*

Modalidad: Online

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



Titulación Expedida por  
EUROINNOVA BUSINESS  
SCHOOL y Avalada por la  
Escuela Superior de  
Cualificaciones Profesionales

### Descripción

El presente curso de Monitor de Yoga Infantil adquiere su importancia, en el mundo de las actividades físicas y de bienestar, a través de la necesidad de conocer las diferentes técnicas y pautas a seguir por todo monitor de yoga infantil. Si te preguntas para que sirve el yoga para niños, te conviene saber que por medio de la ejercitación de la respiración y otras actividades propias de esta disciplina, los niños pueden aprender a relajarse y hacer frente al estrés o la falta de concentración. Además, les ofrece un apoyo sólido en su camino hacia el dominio físico y psíquico.

Por ello, el objetivo principal de este curso de Monitor de Yoga Infantil será el desarrollo de dichas técnicas y pautas, así como la descripción de las acciones a seguir para lograr el desarrollo de las diferentes técnicas de relajación en la etapa infantil. Conocerás las posiciones y posturas de yoga para niños más importantes y su enseñanza por medio de ejercicios para principiantes, por medio del taller de relajación, etc. En definitiva, podrás conocer los pasos para hacer que los niños aprendan esta disciplina, teniendo presentes sus características. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

## A quién va dirigido

Este curso de Monitor de Yoga Infantil está dirigido a los profesionales del mundo de las actividades físicas y de bienestar personal, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir los conocimientos relacionados con las actividades realizadas por un monitor de yoga infantil.

Igualmente se dirigen a monitores en activo que quieran recibir una formación que les capacite para adecuar sus conocimientos a la práctica de esta disciplina con el público infantil, considerando las adaptaciones que se tienen que realizar en el taller, la importancia de la relajación para los niños, las posiciones y posturas de yoga niños más adecuadas, etc.

## Objetivos

Una vez completada esta formación de monitor, el alumnado conocerá para qué sirve el yoga en los niños y estará capacitado para dirigir talleres y sesiones de relajación y yoga infantil. De forma más concreta, a través de este curso online de monitor se pretenden alcanzar los siguientes objetivos:

- Conocer la anatomía y fisiología del cuerpo humano.
- Identificar los principales objetivos de las diferentes técnicas de relajación llevadas a cabo en la etapa infantil.
- Conocer la importancia del Yoga en la edad infantil, así como su importancia en el desarrollo.
- Saber estructurar una clase de yoga infantil.

## Para que te prepara

Con este curso de Monitor de Yoga Infantil el alumnado adquirirá una serie de conocimientos acerca del yoga, más concretamente en el área infantil, además de establecer las pautas necesarias para la planificación y ejecución de una clase o sesión de la misma.

Podrás conocer para que sirve el yoga para niños, como se organiza un taller de relajación con niños, las posiciones y ejercicios más adecuados para su condición, etc. Además, aprenderás a poner en marcha estos pasos desde lo más básico, ya que hay que tener en cuenta que se tratan de clases de principiantes.

## Salidas laborales

Tras completar la formación, el monitor estará capacitado tanto para organizar yoga en casa para niños como para implantar un taller de relajación y yoga infantil. Por tanto, podrá desarrollar su actividad profesional tanto por cuenta propia como integrado en empresas, públicas o privadas, dedicadas al desarrollo de actividades y fomento del bienestar y la salud.

## Titulación

Titulación Profesional Expedida por EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional en Yoga para Niños, además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.



### 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

El/La interesado/a

Sello



INTERNATIONAL COMMISSION ON DISTANCE EDUCATION  
Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Plan, Resolución 604E)

## Forma de pago

### Tarjeta de Crédito / PayPal

Eligiendo esta opción de pago, podrá abonar el importe correspondiente, cómodamente en este mismo instante, a través de nuestra pasarela de pago segura concertada con Paypal

### Transferencia Bancaria

Eligiendo esta opción de pago, deberá abonar el importe correspondiente mediante una transferencia bancaria.

No será aceptado el ingreso de cheques o similares en ninguna de nuestras cuentas bancarias.

### Contrareembolso

Podrá pagar sus compras directamente al transportista cuando reciba el pedido en su casa. Eligiendo esta opción de pago, recibirá mediante mensajería postal, en la dirección facilitada en el formulario, el material del curso, abonando el importe correspondiente a la recepción.

## 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.

## *Materiales didácticos*

- Manual teórico 'Monitor de Yoga Infantil'



## Profesorado y servicio de tutorías

"RedEduca" está formado por un equipo multidisciplinar de profesionales especialistas en incorporar las Nuevas Tecnologías al ámbito educativo.

Nuestro principal objetivo es conseguir una formación didáctico-pedagógica innovadora y de calidad. Por ello, ponemos al alcance de nuestro alumnado una serie de herramientas y recursos que les permitirán potenciar su aprendizaje a lo largo del curso.

Además, a lo largo del curso, nuestro alumnado cuenta con un equipo de tutores expertos en las distintas especialidades ofertadas, con una amplia experiencia en el mundo de la enseñanza que resolverán todas tus dudas y consultas y con un equipo de soporte técnico que le ayudarán con



## Bolsa de empleo y Prácticas

El alumnos tendrá posibilidad de incluir su currículum en nuestra Bolsa de Empleo y Prácticas, participando así en los distintos procesos de selección y empleo gestionados por empresas y organismos públicos colaboradores en territorio nacional y abrir su abanico de posibilidades en el mundo laboral.



## Plazo de Finalización

El alumnado cuenta con un periodo máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo del curso elegido:

- **Master a distancia y online:** El plazo de finalización será de 12 meses a contar desde la fecha de recepción de las materiales del curso.

- **Curso a distancia y online:** El plazo de finalización será de 6 meses a contar desde la fecha de recepción de los materiales del curso.

En ambos casos, 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

## Red Social Educativa

La Red Social Educativa es un lugar de encuentro para docentes y opositores donde poder compartir conocimiento. Aquí encontrarás todas las novedades del mundo de la educación que puedan ser de tu interés, así como noticias relacionadas con oposiciones. Es un espacio abierto donde podrás escribir y participar en todas las noticias y foros.

Te invitamos a registrarte y a comenzar a participar en esta red de profesionales de la educación.

Visítanos en: [www.redsocial.rededuca.net](http://www.redsocial.rededuca.net)



## Campus Virtual

Es el aula virtual donde encontrarás todos los contenidos de los cursos, cuidadosamente revisados y actualizados por nuestro equipo de profesores y especialistas.

El campus virtual se convierte en el principal escenario de aprendizaje y es aquí donde el alumnado podrá acceder a los contenidos del curso con tan sólo un clic.

Este nuevo sistema de aprendizaje online puede facilitar el trabajo del alumnado y del equipo docente en varios sentidos:

La presentación online de la acción formativa hace posible incluir contenidos en muy diversos



## Curso de Monitor de Yoga Infantil (Titulación Profesional Acreditada + CARNÉ FEDERADO)

Asimismo, el alumnado puede descargarse en pdf el temario de su curso conforme vaya avanzando en los contenidos para que pueda tenerlos guardados.

Además, el campus virtual permite establecer contacto directo con el tutor o tutora a través del sistema de comunicación por correo electrónico que también permitirá intercambiar archivos entre las partes.

El entorno virtual simplifica y agiliza la evaluación y seguimiento del alumnado, tanto para el propio alumno o alumna como para el equipo docente. Por un lado, el alumnado podrá observar su avance a lo largo del itinerario formativo y recibirá retroalimentación inmediata sobre sus resultados en las pruebas de evaluación. En segundo lugar, el equipo docente verá simplificado su trabajo, puesto que todos los datos acerca de la actividad del alumnado en la plataforma, así como los resultados de las pruebas quedan registrados de manera automática, evitando así la labor de corrección manual y permitiendo al profesor o profesora tener una visión del progreso de sus alumnos/as con tan sólo un clic.

Puede acceder a nuestro Campus Virtual a través de: <https://campusrededuca.euoinnova.edu.es>

## Programa formativo

### 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 ckikung 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 no 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



