

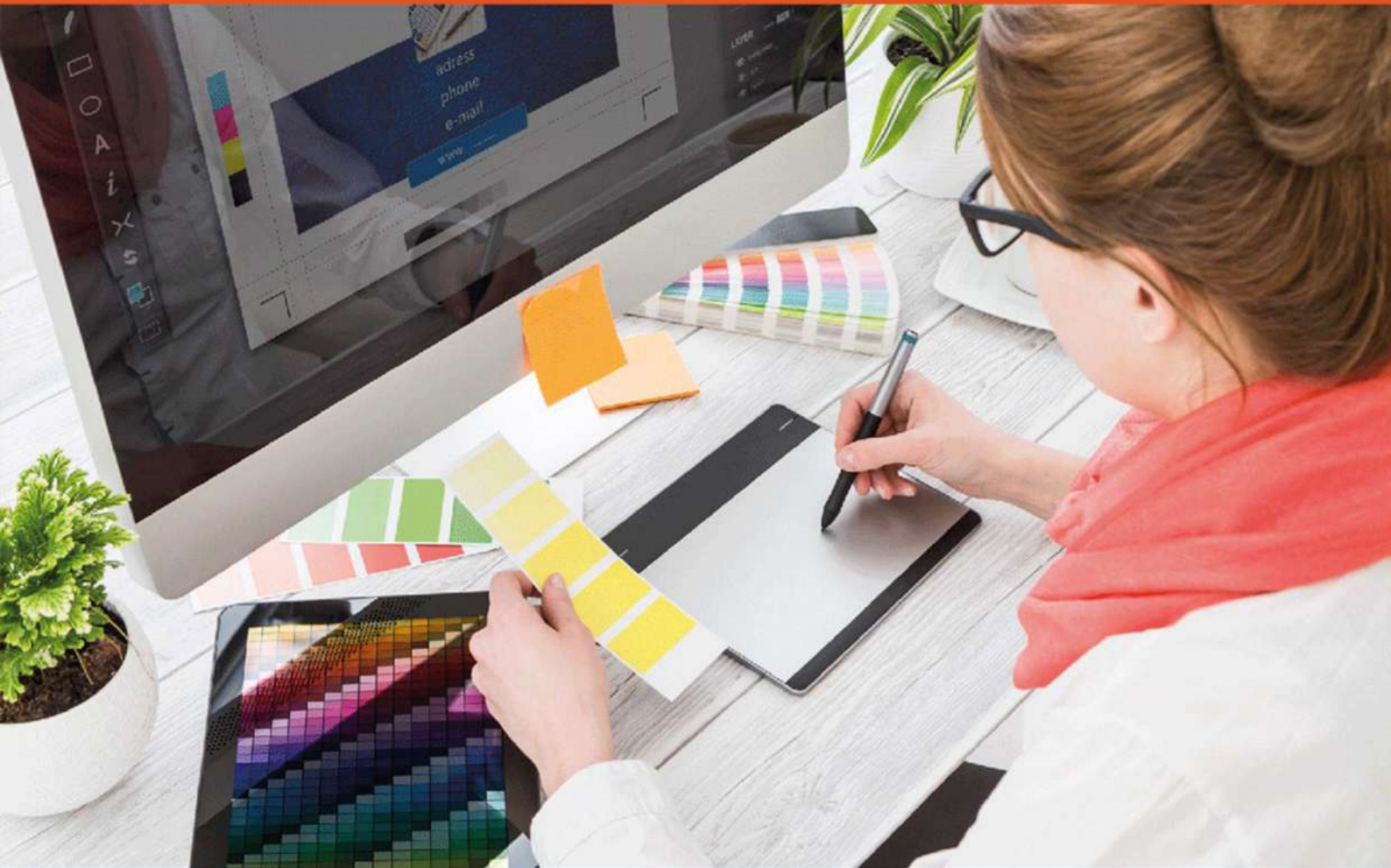


ESCUELA EL GREMIO

EXPERTO EN MONITOR DE YOGA INFANTIL

GRE087

www.escuelagremio.com



Certificación universitaria internacional

Escuela asociada a:





DESTINATARIOS

El **Experto en Monitor de Yoga Infantil** va dirigido a todas aquellas personas que quieran especializarse en la meditación infantil. A lo largo de la formación, el alumno estudiará en profundidad la estructura y el funcionamiento del cuerpo humano. Asimismo, analizará los fundamentos anatómicos del movimiento. De este modo, entendiendo la estructura y el funcionamiento del cuerpo, podrá dominar las técnicas de relajación infantil. Así, conocerá cómo se manifiesta el estrés en los niños y cuáles son las técnicas más adecuadas para gestionarlo. Además, profundizará en el Chikung y sus beneficios y aprenderá a preparar una sesión de chikung infantil, así como de musicoterapia, danzaterapia y de juegos simbólicos. Por otro lado, el alumno se formará en las posturas de yoga más adecuadas para niños y en la preparación de este tipo de sesiones. Finalmente, el alumno también recibirá formación especializada en primeros auxilios para saber actuar en casos de emergencia. Una vez finalizada la titulación, el alumno será capaz de planificar y dirigir clases de yoga infantil con total profesionalidad.



MODALIDAD

Puedes elegir entre:

- **A DISTANCIA:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu domicilio el pack formativo que consta de los manuales de estudio y del cuaderno de ejercicios.
- **ONLINE:** una vez recibida tu matrícula, enviaremos a tu correo electrónico las claves de acceso a nuestro Campus Virtual donde encontrarás todo el material de estudio.



DURACIÓN

La duración del curso es de 600h.



IMPORTE

Importe Original: 840€

Importe Actual: 420€



CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “EXPERTO EN MONITOR DE YOGA INFANTIL”, de ESCUELA EL GREMIO avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez de los contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

El alumno tiene la opción de solicitar junto a su diploma un Carné Acreditativo de la formación firmado y sellado por la escuela, válido para demostrar los contenidos adquiridos.

Además, el alumno podrá solicitar una Certificación Universitaria Internacional de la Universidad Católica de Cuyo-DQ con un reconocimiento de 24 ECTS.



CONTENIDO FORMATIVO

MÓDULO 1. ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURA Y FUNCIONAMIENTO DEL CUERPO HUMANO

1. El aparato locomotor
2. Los huesos
 - Clasificación de los huesos
 - Estructura del esqueleto humano
 - Finalidad de los huesos
3. Los músculos
 - Clasificación de los músculos
 - Acción de cada músculo
 - Estructura muscular
 - Conexión de los músculos con el sistema nervioso
 - Finalidad de los músculos
4. Las articulaciones
 - Estructura de la articulación
 - Clases de articulaciones
 - Modelos de articulaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 2. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

1. Introducción a la fisioterapia
 - Mecánica del movimiento
2. 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

1. Concepto de respiración
2. Respiración consciente
 - Beneficios de la respiración consciente
3. Ejercicios respiratorios
 - Ejercicios de familiarización
 - Ejercicios de toma de conciencia
4. Juegos de respiración

UNIDAD DIDÁCTICA 4. RELAJACIÓN INFANTIL

1. Ansiedad
2. Estrés
 - Los niños y el estrés
3. Relajación
 - Papel de la relajación en el ámbito educativo
4. Relajación con niños
 - Método de relajación
 - Posiciones de relajación
5. Relajación progresiva de Jacobson
6. Relajación pasiva

UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA MEDITACIÓN Y EL CHIKUNG INFANTIL

1. La meditación
 - Técnica para enseñar a meditar a los niños
 - Efectos de las técnicas de meditación
2. ¿Qué es el Chikung?
 - Beneficios del Chikung
3. La energía de nuestro cuerpo
4. Pautas para una sesión de chikung infantil

UNIDAD DIDÁCTICA 6. RELAJACIÓN A TRAVÉS DEL MOVIMIENTO

1. Concepto de calidad del movimiento
2. Musicoterapia
 - La función auditiva en musicoterapia
 - Beneficios de la musicoterapia
 - Estrategias en musicoterapia
3. Danzaterapia
 - Características básicas de la danzaterapia
 - La técnica básica de la danzaterapia
4. El juego simbólico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. EL MASAJE INFANTIL Y EL REIKI

1. ¿Qué es el masaje infantil?
 - Origen del masaje infantil
2. Beneficios del masaje infantil
3. El poder del tacto: el masaje a niños más mayores
4. Introducción al Reiki
 - ¿Qué es el reiki?

MÓDULO 3. EL YOGA EN LA INFANCIA

UNIDAD DIDÁCTICA 8. ORÍGENES Y EVOLUCIÓN DEL YOGA

1. Orígenes e historia del yoga
 - Civilización del Valle del Indo
 - Período védico
 - Período épico y puránico
 - Período medieval
 - Período Moderno contemporáneo
2. Escuelas filosóficas
 - Vedanta
 - Yoga
 - Samkhya
 - Mimansa
 - Vaishesika
 - Nyaya
3. Sendas del Yoga clásico
 - Karma Yoga
 - Raja Yoga
 - Bhakti Yoga
 - Jnana Yoga
4. Senderos del Yoga
 - Dhyana Yoga
 - Hatha Yoga
 - Japa Yoga
 - Kundalini Yoga
 - Laya Yoga
 - Mantra Yoga
 - Tantra Yoga, entre otros
5. El Yoga en occidente
 - Introducción, desarrollo y adaptaciones
 - Interpretación occidental de las escuelas filosóficas de la India

UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL YOGA EN LA INFANCIA

1. Conceptos básicos
2. El yoga y los niños
 - Objetivos del yoga en la infancia
3. Yoga para niños discapacitados
4. Las clases de yoga

UNIDAD DIDÁCTICA 10. PROCEDIMIENTOS Y POSTURAS DEL YOGA INFANTIL

1. Procedimientos del Yoga
2. Las asanas del yoga infantil
3. 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

1. Características de los espacios específicos de Yoga
 - Espacios alternativos y adaptados
2. Ámbitos de desarrollo de actividades de Yoga
3. Recursos materiales y de soporte en Yoga
 - Material tradicional
 - Colchonetas
 - Mantas
 - Cintas
 - Bloques
 - Cojines
 - Equipo musical
 - Otros materiales adaptados
4. Medidas generales de prevención de riesgos laborales en las instalaciones y normativa aplicable
 - Accesibilidad a las instalaciones de Yoga

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1. Introducción a los primeros auxilios
 - Principios básicos de actuación en primeros auxilios
 - La respiración
 - El pulso
2. Actuaciones en primeros auxilios
 - Ahogamiento
 - Las pérdidas de consciencia
 - Las crisis cardíacas
 - Hemorragias
 - Las heridas
 - Las fracturas y luxaciones
 - Las quemaduras
3. Normas generales para la realización de vendajes
4. RCP básica
 - RCP en niños y lactantes