



Actividades Formativas

Oficina de Deportes

TÍTULO	Curso de Formación Deportiva UMH: Aula 60+			
OBJETIVOS		CONTENIDOS		
<ul style="list-style-type: none"> • Dirigir sesiones colectivas para poblaciones adultas-mayores. • Planificar estructuras de trabajo progresivas. • Diseñar sesiones de entrenamiento adaptadas al nivel del usuario. • Utilizar una comunicación eficaz y motivante. <p>Mejorar su calidad de vida a través de la actividad física.</p>		<ul style="list-style-type: none"> • Patologías más comunes. • Sistemas de evaluación en estas poblaciones. • Habilidades motrices básicas en la tercera edad. • Condición física y salud en mayores. • La música como herramienta motivadora. • La música como herramienta de control de la intensidad. <p>Sistemas de entrenamiento en tercera edad.</p>		
DIRIGIDO	Todas las personas interesadas, y en especial a alumnos de la titulación de Ciencias del Deporte			
CRITERIOS DE SELECCIÓN		Orden de inscripción		
NÚMERO DE PARTICIPANTES	MIN	8	MÁX	25
DURACIÓN	20 Horas de teoría 20 Horas de practicas	FECHAS Y HORARIO	Lunes 30 de mayo 16:30 a 21:30h. Martes 31 de mayo 16:30 a 21:30h. Miércoles 1 de julio 16:30 a 21:30h. Jueves 2 de julio 16:30 a 21:30h.	
LUGAR REALIZACIÓN	Aulas Edificio el Clot, campus de Elche			
EVALUACIÓN	Asistencia 80%, Examen teórico + clases prácticas			
INSCRIPCIÓN	Inscripción cursos Formación Deportiva UMH			
CRÉDITOS	1,5 Crédito de competencias transversales			
MATRÍCULA	200 €	Rellenar y enviar el formulario web y esperar confirmación para hacer el pago. Plazo de inscripción desde el 1 de mayo hasta el 29 de mayo del 2016		
MATRÍCULA EXTENSA	150 €			
MATRÍCULA U.M.H.	100 €			
PROFESORADO	María Campayo Piernas			
COORDINADOR	Oficina de Deportes			
OBSERVACIONES	Las practicas se realizarán en las actividades dirigidas de la Universidad Miguel Hernández de Elche			

OFICINA DE DEPORTES

Edificio El Clot - Av. Universidad s/n, 03202 ELCHE

Tel.: 96 6658687 Fax: 96 66 58866

Correo electrónico: deportes@umh.es Web: <http://deportes.umh.es/>