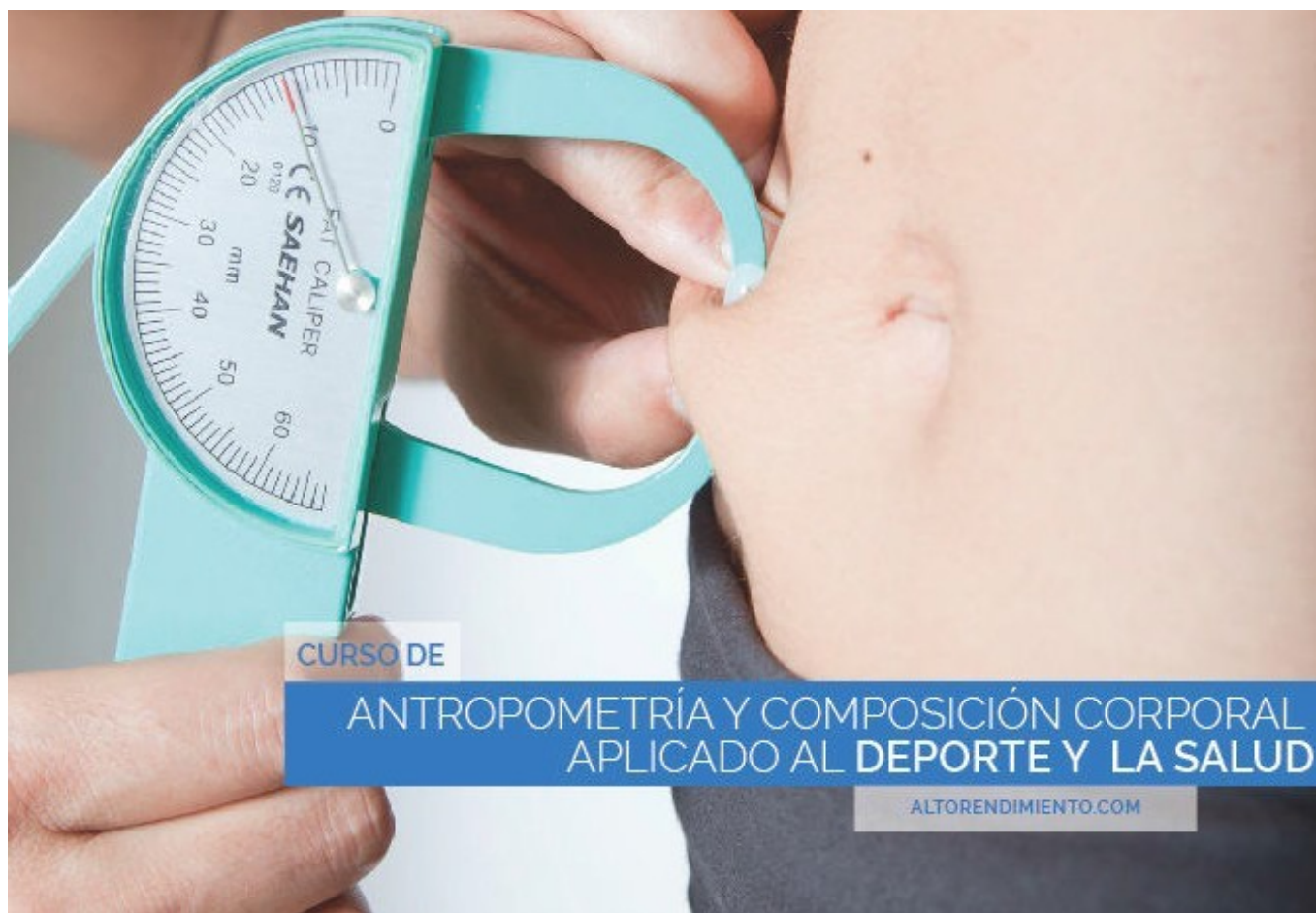


A close-up photograph of a person's midsection. A hand is holding a teal-colored SaeHAN fat caliper against the skin. The caliper has a circular dial with a scale from 0 to 60 mm. The needle points to approximately 10 mm. The brand name 'SAEHAN' and 'FAT CALIPER' are visible on the dial. The person is wearing a dark grey t-shirt.

CURSO
DE ANTROPOMETRÍA
Y COMPOSICIÓN
CORPORAL
APLICADO AL
DEPORTE Y
LA SALUD

ALTORENDIMIENTO.COM



Profesor: Ricardo Segura Falcó

Tipo: Curso online

Plazo: 3 meses

Horas Lectivas: 100 horas

Materiales: Temario online

¿A QUIEN VA DIRIGIDO EL CURSO?

- Entrenadores.
- Amantes del deporte, la actividad física y el fitness.
- Monitores.
- Personal deportivo.
- Técnicos en conducción de actividad física-deportiva en el medio natural.
- Técnicos superiores en animación de actividades físicas y deportivas (TAFAD).
- Licenciado/graduado en ciencias de la actividad física y el deporte.
- Magisterio de educación física.
- Diplomados/Licenciados/Graduados en ciencias de la salud.

OBJETIVOS DEL CURSO

- Aprender y perfeccionar la técnica de medición antropométrica básica para la realización de medidas básicas, pliegues, perímetros, diámetros, alturas y longitudes.
- Conocer las características de los instrumentos y aparatología en la valoración de la forma y composición corporal.
- Establecer los protocolos internacionales para la realización de medidas antropométricas y valoración de la composición corporal.
- Calcular y estimar la composición corporal y somatotipo
- Saber utilizar los diferentes índices corporales y antropométricos aplicados al deporte
- Conocer las características antropométricas y de composición corporal en diferentes modalidades deportivas.
- Aprender la correcta de la técnica antropométrica, para evitar el error técnico de medida.
- Valorar e interpretar la composición corporal y somatotipo de diferentes sujetos.

REQUISITOS

- El alumno necesitará conexión a Internet y acceso a un micrófono-auricular.
- Material para la toma y grabación de material audiovisual (fotos y videos).
- Material antropométrico. El alumno puede adquirirlo en decenas de tiendas online desde 5 US dollar. Es económico. La primera parte del curso es teórica pero el alumno debe tener el material práctico (plicómetro y cinta métrica) antes de terminar la teoría. (aproximadamente a la tercera semana del curso): [Donde comprar el material Práctico](#)

TEMARIO DEL CURSO

Unidad 1. Anatomía esencial para la valoración del deportista.

Unidad 2. Puntos anatómicos avanzados para la toma de medidas antropométricas.

Unidad 3. Pliegues cutáneos, perímetros y diámetros para la valoración de la composición corporal.

Unidad 4. Modelos de composición corporal y métodos para su cálculo.

Unidad 5. Composición corporal: calculo y estimación de masa grasa, muscular, ósea y residual.

Unidad 6. Somatotipo.

Unidad 7. Características antropométricas y de composición corporal en diferentes modalidades deportivas.

Unidad 8. Índices de salud y otros métodos de valoración de la composición corporal.

Unidad 9. Validación de las medidas antropométricas: error técnico de medida, precisión y confiabilidad.

PRUEBAS DE EVALUACIÓN

- El alumno tendrá una prueba, tipo test o preguntas cortas, por cada tema, on-line.
- Actividades complementarias a cada tema.
- Examen final.
- Un ejercicio final práctico.

VENTAJAS DEL CURSO

El proceso de formación de Alto Rendimiento se actualiza periódicamente, por la evaluación de los diferentes contenidos mediante pruebas tipo test y por la elaboración de varios trabajos prácticos que demuestren la adquisición de los diferentes conocimientos y habilidades por parte del alumno. Todo eso potenciado con el apoyo por parte del profesor **Ricardo Segura Faló**, resolviendo dudas, corrigiendo los trabajos, programando tutorías individuales ilimitadas vía Skype o Fuze Meeting, etc.

Como es costumbre, en Alto Rendimiento venimos reuniendo a un amplio grupo de profesores con una excelente reputación, una dilatada experiencia en cada una de las disciplinas que impartimos y lo más importante de todo, con una especial predisposición a la hora de guiar a nuestros alumnos en su formación como profesionales del fitness o el deporte en general.

Además, recibirás toda la colección congresos valorada en 228€ y todos los ejemplares de la revista alto rendimiento valorados en 292€ totalmente gratis.

Incluido en el curso:

- **Colección C ongresos.**
- **Ejemplares revista Alto Rendimiento.**

CERTIFICACIÓN

Aquellos alumnos certificados por Alto Rendimiento, quedan vinculados a este centro de por vida, siendo atendidos en el momento que necesiten aclarar cualquier duda que les surja en materia de antropometría y composición corporal aplicada al deporte y a la salud y disfrutando de descuentos en formación, etc.

Además, debido a la estrecha relación que Alto Rendimiento guarda con numerosas entidades deportivas de todo el mundo, servimos como vínculo entre éstas y los alumnos cuando las primeras requieren de profesionales del ejercicio físico para cubrir puestos de trabajo en sus instalaciones.

Certificación Técnico especialista en antropometría y composición corporal aplicada al deporte y la salud

Para todos los cursos de Alto Rendimiento que se imparten mediante la plataforma online, podrás realizar las prácticas en tu ciudad. Contáctanos para más información.

Notas: Aquellos exalumnos que hayan realizado algún curso en Alto Rendimiento y/o estudios superiores y estén interesados en los Master de especialización, Experto universitario o Especialista universitario, y deseen convalidar asignaturas o gestionar créditos ECTS, por favor contactar con el Departamento de Dirección.

Aquellos alumnos que deseen solicitar una beca de estudios por favor poneros en contacto con el Departamento de Dirección.

Los plazos de estudio son flexibles pero todos los cursos tienen plazo máximo para su finalización y fechas parciales obligatoria para la entrega de trabajos o exámenes.

No cumplir con estas fechas implicará la cancelación automática del curso.

Consultar con el tutor o secretaría. Los contenidos, el profesorado, la metodología y la evaluación de los cursos están sujetos a posibles modificaciones, cambios o ajustes para

mantener la información y formación actualizada.

Los contenidos de los cursos ofrecidos por Alto Rendimiento pueden estar publicados en otras plataformas externas pero el contenido final será siempre el que aparezca en nuestra página web.

CERTIFICA



AVALA





Nos encontrarás en:

C/ El Camí, 83 -Bajo
03801 Alcoy (Alicante) España
Tlf: +34 96 633 71 35 

secretaria@altorendimiento.com

Horario de atención al cliente:

09:00h. a 14:00h.
16:00h. a 19:00h.