Paraninfo

Valoración de la condición física e intervención en accidentes

Editorial: Paraninfo
Autor: FRANCISCO IGNACIO MARTÍNEZ CABRERA, RODRÍGO SERRANO CHECA
Clasificación: Ciclos Formativos > Actividades Físicas y Deportivas
Tamaño: 21 x 27 cm.
Páginas: 280
ISBN 13: 9788428360517
ISBN 10: 8428360510
Precio sin IVA: $ 770.00 Mxn
Precio con IVA: $ 770.00 Mxn
Fecha publicacion: 12/04/2024

Sinopsis

La valoración de la condición física
es el pilar fundamental
sobre el que se sustenta
cualquier entrenamiento.

Este libro desarrolla los contenidos del módulo profesional de **Valoración de la condición física e intervención en accidentes,** de los Ciclos Formativos de grado superior de Enseñanza y Animación Sociodeportiva, y Acondicionamiento Físico, pertenecientes a la familia profesional de Actividades Físicas y Deportivas, y del Ciclo Formativo de grado Superior en Termalismo y Bienestar, perteneciente a la familia profesional de Imagen Personal.

El conocimiento del estado del deportista es fundamental para diseñar un plan de entrenamiento efectivo, adaptado a sus necesidades específicas. La selección precisa de variables y pruebas de medición brinda un enfoque científico que maximiza las posibilidades de éxito. Además, comprender los principios básicos de primeros auxilios en contextos deportivos es crucial para minimizar las consecuencias de posibles accidentes.

Este libro proporciona a los lectores una comprensión profunda de la fisiología y anatomía relevantes para el entrenamiento deportivo, así como metodologías de entrenamiento contemporáneas y técnicas de análisis de datos. Basado en evidencia científica y enriquecido con recursos digitales actualizados, este texto ofrece una herramienta práctica para entrenadores deportivos, con actividades diseñadas para facilitar la aplicación del conocimiento en situaciones reales de entrenamiento.

Francisco Ignacio Martínez Cabrera es doctor internacional en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y

máster en Actividad Física y Salud, Preparación física y readaptación de lesiones en fútbol. Ha impartido docencia en diversas universidades, y en CFGM y CFGS de deporte. Además, cuenta con experiencia como entrenador personal de deportistas profesionales de alto nivel y preparador físico de fútbol en clubes de nivel internacional.

Rodrigo Serrano Checa es licenciado en CAFYD, máster en Actividad Física y Salud, máster en Entrenamiento Personal y doctor en Ciencias de la Salud. Es profesor y jefe de estudios en Centro de Técnicos Deportivos Al Ándalus, profesor de Máster en la Universidad Europea de Madrid y coordinador y entrenador personal en Activa Sport Center Baeza, con más de 10 años de experiencia.

Indice

1. Relación de la intensidad del ejercicio con los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación; **2.** Relación de la mecánica del ejercicio con el sistema musculoesquelético; **3.** Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico; **4.** Evaluación de la condición física y biológica; **5.** Análisis e interpretación de datos; **6.** Integración de medidas complementarias para la mejora de la condición física; **7.** Valoración inicial de la asistencia en una urgencia; **8.** Aplicación de técnicas de soporte vital y primeros auxilios; **9.** Métodos de movilización e inmovilización.

Comercial
ZONA CENTRO
Norma Amezola
Tf: 52 1 56 2575 0552
E-MAIL: norma.amezola@paraninfo.mx
ZONA NORTE Y SUR
Nancy Ochoa
TF: 52 1 81 8362 1055
nancy.ochoa@paraninfo.mx
ADMINISTRACIÓN
ADMINISTRACIÓN
Guadalupe Gallegos
ventas@paraninfo.mx
52 5 52 4992 649