



# CURSO DE CERTIFICACIÓN

**ESPECIALISTA EN PREDEPORTE® (E-PRE)**



**10 anys**



Escola Universitària de la Salut i l'Esport

Centre adscrit a:



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI



**COPLLEFC**

Col·legi de Professionals de l'Activitat Física i de l'Esport de Catalunya



# ¿QUÉ ES PREDEPORTE®?

*Predeporte® es el conjunto de actividades físicas específicamente programadas, diseñadas y ejecutadas para cada grupo de edad con el objetivo de establecer una base funcional, física, social y psicológica que ayude a las personas a desarrollarse de manera óptima y a mantener hábitos de vida saludable en la edad adulta.*

## ¿PARA QUIÉN ES PREDEPORTE®?

*Para todos los técnicos, entrenadores y formadores que deseen implementar actividades y ejercicios en sus sesiones de entrenamiento para estimular un óptimo desarrollo.*



# ¿POR QUÉ PREDEPORTE®?



*La formación permite a los alumnos adquirir las competencias y recursos esenciales para poder diseñar actividades que se adapten a las necesidades de los individuos y grupos, permitiendo un desarrollo integral de todos los niños y adolescentes.*

*La certificación habilita a los especialistas en Predeporte® a utilizar la marca registrada con N-0404859.*

*Los requisitos de acceso son:*

- *Licenciado/Graduado en CAFyD*
- *Grado en Magisterio de Educación Primaria.*
- *Grado Superior de Enseñanza y Animación Sociodeportiva (TSEAS)*
- *Monitor/Entrenador de cualquier modalidad deportiva reconocida por el CSD*

## ESPECIALISTA EN PREDEPORTE®



WINGSPORT por la presente certifica que

### PEDRO MARTÍNEZ GARCÍA

ha logrado la designación de ESPECIALISTA EN PREDEPORTE (E-PRE) tras superar el periodo de formación aprobado por el comité docente y científico de WINGSPORT.

DIEGO A. ALONSO AUBIN, PHD  
CEO WINGSPORT

E001 / 2021

LICENCIA



## ¿QUÉ INCLUYE LA FORMACIÓN?

*La formación presencial acerca la metodología Predeporte® de manera tangible a través de un sistema didáctico centrado en el alumno. El alumno cuenta con todos los recursos para el aprendizaje, incluyendo la plataforma de formación **Wingsport Academy**, lo que posibilita el acceso a las formaciones y documentos de manera permanente.*

*Asistencia PRESENCIAL a la formación.*

*Manual de formación del alumno.*

*Acceso a la formación online en WINGSPORT ACADEMY con los contenidos específicos.*

*Tutor individual para la resolución de dudas e inquietudes.*

*Actividades prácticas.*

*Material y recursos didácticos.*

*Cuestionarios de aprendizaje en cada unidad didáctica.*

*Certificado y licencia de especialista en Predeporte®.*

## ¿QUIÉN ES EL DOCENTE?



**Diego A. Alonso Aubin**

**Doctor con Mención Internacional  
en Ciencias de la Act. Física y el Deporte**

**Máster en Formación del Profesorado**

**E-PRE, CSCS\*D, NSCA-CPT**

**Autor del libro Predeporte®**



# CONTENIDOS DE LA FORMACIÓN

## Bloque 1

### Actividad Física y Salud

Beneficios de la actividad física en niños y adolescentes  
Riesgos de la inactividad física  
Barreras para la práctica de actividad física y deporte  
Actividad física, deporte y rendimiento académico  
La especialización temprana: un problema para el desarrollo  
Los niños no son adultos en pequeño  
Alfabetización física

## Bloque 2

### Fundamentos Predeporte®

Crecimiento, maduración y desarrollo  
Etapas del desarrollo en niños y adolescentes  
Principios de la metodología Predeporte®

## Bloque 3

### Entrenamiento Predeporte®

Clasificación de los grupos Predeporte®  
Contenidos del entrenamiento por etapas madurativas  
Valoración en Predeporte®  
Entrenamiento de las habilidades motrices  
Entrenamiento de la fuerza  
Entrenamiento de la resistencia  
Entrenamiento de velocidad y agilidad  
Entrenamiento de flexibilidad  
Implementación de los contenidos en las sesiones de entrenamiento

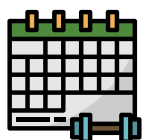




## CONDICIONES DE INSCRIPCIÓN

### CUOTAS DE INSCRIPCIÓN

- *Alumni y estudiantes actuales EUSES: 100€*
- *Colegiados COPLEFC y Centros de prácticas: 115€*
- *Precio general: 125€*
- *Libro Predeporte (opcional): 21€.*



### PROGRAMACIÓN DEL CURSO

**Viernes 25 de Marzo 16:00 a 20:00**

**Sábado 26 de Marzo 9:30 a 13:30**

*10 anys*



Centre adscrit a:



*Edificio Universitario EUSES en Amposta.  
Auditorio municipal, Calle Sebastià Joan Arbó, 2,  
43870 Amposta.*



# CONSTRUYE LAS ALAS DE SUS SUEÑOS



**PREDEPORTE\_ES**



**WINGSPORT.ES**

**ESPECIALISTA EN PREDEPORTE® (E-PRE)**

Viernes 25 de Marzo 16:00 a 20:00

Sábado 26 de Marzo 9:30 a 13:30

*Edificio Universitario EUSES en Amposta. Auditorio municipal, Calle Sebastià Joan Arbó, 2, 43870 Amposta.*



**10 anys**



**EUSES**  
TERRES DE L'EBRE

Escola Universitària de la Salut i l'Esport

Centre adscrit a:



UNIVERSITAT  
ROVIRA I VIRGILI



**COPLEFC**

Col·legi de Professionals de l'Activitat  
Física i de l'Esport de Catalunya