



## “DISEÑO Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE ANIMACIÓN FÍSICO-DEPORTIVA Y RECREATIVA”

### **OBJETIVOS**

El objetivo de este curso es aplicar las técnicas y recursos de animación, expresión y creatividad en actividades de tiempo libre.

### **DURACIÓN**

- **150H** (43 días naturales) a tu ritmo, modalidad ONLINE

### **DIRIGIDO A:**

- Jóvenes menores de 30 años, desempleados y que no estén estudiando, inscritos en Garantía Juvenil.

### **PROGRAMA**

#### **Módulo I (50 horas): Técnicas y recursos de animación, expresión y creatividad**

- Concepto y principios de la animación sociocultural
- Aplicación de técnicas y recursos de animación
- Técnicas de animación, expresión y creatividad

#### **Módulo II (50 horas): Técnicas pedagógicas del juego y técnicas de educación ambiental**

- Técnicas pedagógicas del juego
- Técnicas de educación ambiental
- Evaluación y prevención de riesgos en actividades medioambientales: seguridad y salubridad (I)
- Evaluación y prevención de riesgos en actividades medioambientales: seguridad y salubridad (II).

### **Módulo III (50 horas): Prácticas de actividad física saludables**

- Cuestiones básicas del ejercicio físico
- Creación de hábitos de práctica de ejercicios físicos
- Efectos saludables del ejercicio físico
- Capacidades físicas relacionadas con la Salud Introducción y objetivos
- Prevención de accidentes laborales a través de la vida saludable
- Relajación postural introducción y objetivos