



JARDUERA FISIKOKO ORIENTATZAILEA

Oinarrizko ikastarora

Gero eta gehiago dira jarduera fisikoaren orientazio-zerbitzu bat eskaintzen duten udalerrri eta erakundeak. Halako zerbitzuek pertsonak aztertu, eta jarduera fisiko osasungarriak praktikatzera orientatzen dituzte, lehenengo zer-nolako egoera eta gustuak dituzten ikertuz.

Osasun-zerbitzuekin, eguneko zentroekin eta udaleko beste hainbat zerbitzuekin lotura gisa balio dute besteak beste, hartara, jarduera fisikoko premiak dituzten pertsonak haietara bideratzeko.

Garrantzitsua da zerbitzu horretan jarduera fisikoei buruzko aholku eta gomendioak eskainiko dituzten profesionalak beharrezko ezagutzak eta baliabideak izatea, gero eta aktiboagoak izan daitezen bai euskal udalerrriak, bai eta euskal gizartea ere.

Beren udalerrietan dagoeneko funtzio hori betetzen duten eta ezagutzak finkatu nahi dituzten pertsonen zuzentzen zaie ikastaro hau; halaber, jarduera fisikoko orientatzaileen berezko zereginen inguruko prestakuntza jaso nahi dutenei ere.

EDUKIAK-ALORRAK

- Mugiment
- Jarduera fisikoa eta osasuna
- Jarduera fisikoko orientatzailearen zereginak
- Jarduera fisikoan orientatzeko gomendioak
- Jarduera fisikoaren praktika sustatzeko estrategia psikologikoak
- Jarduera fisikoari eustea
- Gaur egun orientatzaile lana betetzen dituzten pertsonekin esperientzien trukea

IRAKASLEAK

- Iñaki Arratibel
- Unai Arrieta
- Iker Etxeberria
- Alex Gonzalez
- Xabier Leizea
- Gorka Mutuberría
- Malen Ruiz de Azua

JARDUERA MOTA	Ikastaroa
IRAUPENA	34 ordu (aurrez aurrekoak 24, urrutikoak 10)
AURREZ AURREKO ESKOLEN DATAK	Maiatzaren 10-11-17-18-24-25
ORDUTEGIA	Ostirala: 16:00-20:00 Larunbata: 9:00-13:00
LEKUA	Kirolaren Euskal Eskola



	Makaletako etorbidea, 64 48992 GETXO (Bizkaia)
HIZKUNTZA	Gaztelaniaz

IKASTAROAN SARTZEKO BETEKIZUNAK	<ul style="list-style-type: none">- Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako graduduna/lizentziaduna.- Gorputz- eta kirol-ekintzen animazioko goi teknikaria.- Jarduera fisikoko eta osasuneko unibertsitate-masterra edo lanbide-ziurtagiria.- Jarduera fisikoaren eta osasunaren preskripzioaren esparruan gutxienez 700 lan-orduko eskarmentua egiaztatzea.- Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako azken kurtsoko ikasleak.
---------------------------------	---

<i>MATRIKULAZIOA: 2019ko apirilaren 2tik aurrera.</i>	
PREZIOA	<ul style="list-style-type: none">- Prezio orokorra: 90€- Mugiment sustatzaileen ekimenetako kideak "proiektuarekin bat egindako udalerriren batetik badatoz": 60€ (Izena ematean zehaztu zein ekimenetan parte hartzen ari zaren) <p>* Ikastarora joan ezean edo izen-ematea egiterakoan prezio orokorra ordaintzen bada deskontua ordaindu behar denean, ez da dirua itzuliko.</p>
IZEN EMATEA	<p>Kiroleskolaren web-orrian, izena online emateko prozesuaren bitartez: www.kiroleskola.net</p> <ul style="list-style-type: none">- Ondorengo estekan sartu matrikulazioa egiteko.- Bigarren pausuan, emandako aukeren artean, hauta ezazu jarduera hau.- Zuzenean ordain dezakezu, online , edo banku-erakunde batean, offline.
KIROLESKOLARA BIDALI BEHARREKO DOKUMENTAZIOA	<p>Posta arruntez, posta elektronikoz, edo aurrez aurre Kirolaskolaren bulegoan.</p> <ul style="list-style-type: none">- NANaren fotokopia.- Titulu akademikoaren fotokopia edo, bestela, enpresa/erakundearen ziurtagiri bat, jarduera fisikoaren eta osasunaren preskripzioaren esparruan gutxienez 700 lan-orduko eskarmentua egiaztatuko duena.- Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako azken kurtsoko ikasleen kasuan matrikularen kopia.- Deskontua izateko aukera dutenen kasuan, gainera, ekimenarekin bat egin duen udalaren ziurtagiri bat, udalerriarekin lotura egiaztatuko duena.
IZEN EMATEKO, ORDAINTZEKO ETA DOKUMENTAZIOA JASOTZEKO	2019/05/06



<i>AZKEN EGUNA</i>	
<i>PLAZA KOPURUA</i>	Gehienez 25 eta gutxienez 10 pertsona.

<i>ZIURTAGIRIA</i>	Ikastaroa gainditzen dutenek Kiroleskolaren "JARDUERA FISIKOKO ORIENTATZAILEAREN OINARRIZKO IKASTAROA GAINDITU IZANAREN ZIURTAGIRIA" lortuko dute.
--------------------	--

<i>HARREMANANETARAKO</i>	Kirolaren Euskal Eskola Makaletako etorbidea, 64 48992 GETXO (Bizkaia) Tel.: 944032866 Helbide elektronikoa: kiroleskola@euskadi.eus
--------------------------	---



“ORIENTADOR/A DE ACTIVIDAD FÍSICA”

Curso Básico

Cada vez son más los municipios y entidades que cuentan con un servicio de orientación de actividad física. Un servicio que pretende evaluar a las personas y orientarlas hacia una práctica de actividad física saludable acorde a sus condiciones y gustos personales.

Este servicio, entre otros aspectos, sirve habitualmente de enlace con los servicios de salud, con los centros de personas mayores, y a otros servicios del municipio para llevar a cabo las derivaciones de personas con necesidades de actividad física.

Es importante que las y los profesionales que van a ofrecer los consejos y recomendaciones de actividad física en este servicio tengan los conocimientos y recursos adecuados para lograr unos municipios y una sociedad vasca cada vez más activa.

El presente curso va dirigido a personas que ya vienen realizando esta función en su municipio o entidad y que desearían afianzar sus conocimientos, así como para esas otras personas que desean formarse en las tareas propias del orientador/a de actividad física, actividad o servicio que, progresivamente, más municipios o entidades están ofreciendo.

CONTENIDOS-ÁREAS

- Mugiment
- Actividad física y salud
- Funciones del “Orientador/a de Actividad Física”
- Recomendaciones en la orientación de actividad física
- Estrategias psicológicas para promover la práctica de ejercicio físico
- La adherencia a la actividad física
- Intercambio de experiencias con personas que realizan la función de orientador en la actualidad

PROFESORADO	<ul style="list-style-type: none">- Iñaki Arratibel- Unai Arrieta- Iker Etxeberria- Alex Gonzalez- Xabier Leizea- Gorka Mutuberria- Malen Ruiz de Azua
--------------------	--

TIPO DE ACTIVIDAD	Curso
DURACIÓN	34 horas (24 presenciales y 10 no presenciales)
FECHAS PRESENCIALES	10-11-17-18-24-25 de mayo
HORARIO	Viernes: 16:00-20:00



	Sábados: 9:00-13:00
LUGAR	Escuela Vasca del Deporte Avda. los Chopos, 64 48992 GETXO (Bizkaia)
IDIOMA	Castellano

REQUISITOS DE ACCESO AL CURSO	<ul style="list-style-type: none">- Graduado/a o Licenciado/a en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.- Técnico/a Superior en Animación de Actividades Físico-Deportivas.- Master universitario o certificado de profesionalidad específico de actividad física y salud.- Personas que acrediten una experiencia mínima de 700 horas laborales en el ámbito de la prescripción de actividad física orientada a la salud.- Matriculados en el último curso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
-------------------------------	--

MATRICULACIONES: a partir del 2 de abril de 2019

PRECIO	<ul style="list-style-type: none">- Precio general: 90€- Para personas que provengan de un municipio adherido al Proyecto Mugiment: 60€ (al hacer la matrícula especificar la actividad en la que se participa) <p>* En caso de no acudir finalmente al curso o de error al abonar el precio general en lugar del descuento, no se devolverá el dinero.</p>
INSCRIPCIÓN	<p>A través del proceso de inscripción on-line de la página web de Kiroleskola www.kiroleskola.net.</p> <ul style="list-style-type: none">- Clickar en el siguiente enlace para realizar la inscripción.- En el Paso 2, seleccionar la presente actividad de entre las diferentes opciones.- El pago se podrá realizar online directamente u offline en una entidad bancaria. En este segundo caso, para completar la matrícula habrá que realizar el pago en un plazo máximo de 5 días (de lo contrario, se pierde derecho a plaza).
DOCUMENTACIÓN A REMITIR A KIROLESKOLA	<p>Por correo ordinario, correo electrónico o presencialmente en la oficina de Kiroleskola.</p> <ul style="list-style-type: none">- Fotocopia del DNI.- Fotocopia del título académico o de la matrícula del último curso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte o, en su defecto, certificado de la empresa/entidad que acredite un mínimo de 700 horas laborales en tareas de prescripción de actividad física orientada a la salud.- En el caso de aquellas personas que tengan la inscripción reducida,



	certificado del ayuntamiento adherido que acredite la vinculación de la persona con el municipio.
<i>FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN, DE PAGO Y DE RECEPCIÓN DE LA DOCUMENTACIÓN</i>	06/05/2019
<i>NÚMERO DE PLAZAS</i>	Máximo de 25 y mínimo de 10 personas.

<i>CERTIFICADO</i>	Las personas que superen el curso obtendrán el "CERTIFICADO DE SUPERACIÓN DEL CURSO BÁSICO DE ORIENTADOR/A DE ACTIVIDAD FÍSICA" de Kirolaskola.
--------------------	---

<i>CONTACTO</i>	Escuela Vasca del Deporte Avda. los Chopos, 64 48992 GETXO (Bizkaia) Tel: 944032866 Email: kirolaskola@euskadi.eus
-----------------	---