



Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio

ACCESO: http://www.saludmed.com/entrenapersonal/evaluacion/PF1-INSTRUC_certificaciones.pdf

ELABORACIÓN DE UN ANÁLISIS DE CERTIFICACIONES DE ENTRENAMIENTO PERSONAL

INTRODUCCIÓN

En este proyecto el estudiante deberá preparar un análisis de varias certificaciones disponibles para toda persona que desea certificarse como entrenador personal. Existe una gran variedad de organizaciones, o agencias que certifican a los entrenadores personales, como lo son: 1) el *Departamento de Recreación y Deportes de Puerto Rico* (DRD, <http://www.drdpuertorico.com/>), 2) la *American College of Sports Medicine* (ACSM, <http://www.acsm.org/>), 3) la *National Strength and Conditioning Association* (NSCA, <https://www.nasca.com/>), 4) la *American Council of Exercise* (ACE, <https://www.acefitness.org/>), 5) la *National Academy of Sports Medicine* (NASM, <https://nasm.org/>), 6) *International Sports Sciences Association* (<https://www.issaonline.edu/>), 7) la *International Fitness Professional Association* (IFPA, <https://ifpa-fitness.com/>), y 8) la *National Federation of Professional Trainers* (NFPT, <https://www.nfpt.com/>), y otras. Para propósitos del curso, es requisito avaluar la certificación del DRD, más otras dos organizaciones previamente mencionadas.

CRITERIO EVALUATIVOS

Cada una de la certificaciones seleccionadas, serán evaluadas basadas en los criterios mencionado en los próximos párrafos.

NOMBRE, DIRECCIÓN Y CONTACTO

1. Nombre de la asociación, organización o agencia.
2. Dirección física.
3. Dirección en el Web.
4. Contacto:
 - a. Correo electrónico
 - b. Teléfono
 - c. Fax
 - d. Dirección postal

COSTOS

1. Examen de certificación
2. Taller preparatorio para el examen
3. Si la organización, o agencia, provee un examen de práctica, similar a de la certificación. De se así:
 - a. ¿Forma parte de los costos para el adiestramiento preparatorio para la certificación?
 - b. ¿Hay que comprarlos?
 - c. ¿Existen otras compañías, o casa publicadoras, que venden estos exámenes?

4. ¿Requiere renovación de la certificación? ¿costos de renovación?
5. Materiales educativos (libros, y otros)
6. Educación continua
7. Si requiere comprar un seguro de responsabilidad pública

TIPO DE CERTIFICACIÓN

1. Certificado
2. Licencia, o licenciatura, con su respectivo número de acreditación.
3. Certificado y licencia
5. Reválida

NIVEL ACADÉMICO INICIAL

1. Cuarto año de escuela superior
2. Estudios universitarios, en el área de las ciencias del movimiento humano (Ej: fisiología del ejercicio, kinesiología, terapéutica atlética, y otros).
3. Bachillerato, bajo algún campo de las ciencias del movimiento humano (Ej: fisiología del ejercicio, kinesiología, terapéutica atlética y otros).
4. Estudios graduados (Ej: maestría o doctorado)
5. Grado de maestría o doctoral

ADiestRAMIENTO REQUERIDO

1. Si requiere, o recomienda, tomar un taller preparatorio antes de tomar el examen de certificación. De ser así, entonces establezca lo siguiente:
 - a. ¿Debe completarse en línea (internet)?
 - b. ¿Se requiere asistir al taller de forma presencial
 - c. La duración del taller o adiestramiento, sea por internet o cara-a-cara (Ej: días, semanas, meses)

REQUISITOS DE EDUCACION CONTINUA

1. Si requiere, o recomienda, tomar cursos con créditos, dirigidos a educación continua. De ser así, entonces establezca lo siguiente:
 - a. ¿Cada cuánto tiempo se requieren completar los cursos de educación a distancia? (Ej: mensual, cada seis meses, anual, cada dos años)
 - a. ¿Cuántos créditos de educación continua se requieren tomar (Ej: cada año).
 - c. Tipos de adiestramientos, o cursos permitidos como de educación continua.
 - d. La forma de enviar la evidencia de estos cursos, talleres o adiestramiento (Ej: por internet, correo electrónico, presencialmente)

UBICACION GEOGRÁFICA DONDE APLICA LA CERTIFICACIÓN

1. ¿Solo en Puerto Rico?
2. ¿En Puerto Rico y Estados Unidos Continentales?
3. ¿Solo en Estados Unidos Continentales?
4. ¿Aplica internacionalmente?

MATERIAL ACADÉMICO QUE REQUIERE ESTUDIAR

1. ¿Libros o Manuales?
2. ¿Módulos interactivos en línea? ¿incluye videos demostrativos?
3. ¿DVD inactivo?
4. ¿Se puede estudiar mediante dispositivos móviles (Ej: celulares inteligentes, tabletas)?
5. ¿Otros materiales?

ADMINISTRACIÓN DEL EXAMEN

1. Medio:
 - a. ¿Presencial?
 - b. ¿En línea? ¿Puede tomarse mediante un dispositivo móvil (celular, tableta)?
 - c. Tiene dos alternativas: ¿Puede ser presencial o en línea?
2. Lugar:
 - a. ¿En Puerto Rico? y Estados Unidos Continentales?
 - b. ¿En Puerto Rico y Estados Unidos Continentales?
 - c. ¿Europa?
3. Tipo:
 - a. ¿Selección múltiple
 - b. ¿Cierto y falso?
 - c. ¿Preguntas de discusión?
 - d. ¿Estudio de caso?
 - e. ¿Análisis kinesiológica (Ej: músculos, articulaciones, técnica) de varios tipos de ejercicios?
 - f. ¿Cálculps matemáticos (Ej: concersiones de METs, determinación de la FCE, y otras)?
 - g. ¿Una combinación de todas las anteriores?
4. Idioma:
 - a.¿Español?
 - b. ¿Ingles?
 - c. ¿Puede escoger entre español e ingles?

COMPETENCIAS O ESTÁNDARES

1. ¿La organización, o agencia, posee un listado de competencias o estándares que debe dominar al finalizar el adiestramiento? De esto ser afirmativo
 - a. Mencione estas competencias o estándares :
Pueden enumerarlos en español o inglés.

CONCLUSIONES

Basado en la información de arriba

1. ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada organización, o agencia que certifica entrenadores personales?
2. ¿Cuál se considerar la mejor? Explique:
 - a. ¿Por el costo?
 - b. ¿Por su ventaja internacional?
 - c. ¿Por la credibilidad, o estatus, de la organización de la agencia?
 - d. ¿Otras razones?