

## COURSE OVERVIEW / DESCRIPCIÓN GENERAL DEL CURSO

<b>TITLE</b>	Basic Sport Physiology of the Horse
<b>TÍTULO</b>	<i>Fisiología Deportiva Básica del Caballo</i>
<b>ANIVADO COURSE CODE</b>	BSP01
<b>CÓDIGO DE CURSO</b>	BSP01
<b>ANIVADO</b>	
<b>ANIVADO COURSE LEVEL</b>	1-2
<b>NIVEL DE CURSO ANIVADO</b>	1-2

\*for ANIVADO level descriptors click [here](#)

*\*para la descripción de los niveles ANIVADO pincha [aquí](#)*

**GOAL / SUMMARY** Following this course will give you an insight in the sport physiological differences between a human and a horse. Thermoregulation, muscle function and energy supply will also be discussed. You will learn practical training principles and how to apply these principles. You will also get instruction on how to use a heart rate monitor and how to interpret the data for optimizing the training.

**OBJETIVO/RESUMEN** *Al realizar este curso obtendrás una idea de las diferencias fisiológicas deportivas entre humano y caballos. También se hablará sobre la termorregulación, la función muscular y el suministro de energía. Aprenderás los principios de entrenamiento práctico y cómo aplicarlos. Además, recibirás instrucciones sobre cómo usar un pulsómetro e interpretar los datos para optimizar el entrenamiento.*

## MODULE OVERVIEW / DESCRIPCIÓN GENERAL POR MÓDULOS

### 1. Differences between Human and Horse / *Diferencias entre el hombre y el caballo*

In this module we will present you the differences between humans and horses. We will show you cardiovascular and respiratory differences between humans and horses and you will get an insight in basic values for horses. In addition you will learn the concept of the cardiovascular and respiratory system that are involved in daily training.

This module consists of two presentations, an exercise and a module quiz.

*En este módulo se hablará sobre las diferencias entre humanos y caballos. Te mostraremos las diferencias cardiovasculares y respiratorias entre ambos y obtendrás una idea de los valores normales en caballos. Además, aprenderás el concepto del sistema cardiovascular y respiratorio que participan en el entrenamiento diario.*

*Este módulo consta de dos presentaciones, un ejercicio y un cuestionario de módulo.*

### 2. Thermoregulation of the Horse / *Termorregulación en el caballo*

In this module you will get an insight in the differences between horses and humans. You will also learn the consequences of training, the meaning of sweating and how to cool down horses.

This module consists of a presentation, an exercise and a module quiz.

*En este módulo obtendrás una idea de las diferencias entre caballos y humanos. Aprenderás las consecuencias del entrenamiento, el significado de la sudoración y cómo enfriar a los caballos.*

*Este módulo consta de una presentación, un ejercicio y un cuestionario de módulo.*

### 3. Muscles / *Músculos*

In this module you will learn what physical training of a horse means, which factors you can improve and how that relates to the muscle composition of the horse. U will get an insight in the muscle building of horses, different muscle fiber types and its relation to training.

This module consists of two presentations and a module quiz.

## ANIVADO ONLINE COURSE BASIC SPORT PHYSIOLOGY OF THE HORSE SPANISH

*En este módulo aprenderás qué significa el entrenamiento físico de un caballo, qué factores puedes mejorar y cómo se relaciona con la composición muscular del caballo. Obtendrás una idea sobre el desarrollo muscular en los caballos, los diferentes tipos de fibras musculares y su relación con el entrenamiento.*

*Este módulo consta de dos presentaciones y un cuestionario de módulo.*

---

### 4. Energy Supply / Aporte Energético

---

In this module you will learn about the diversity of energy systems of the body and how muscles are supplied with fuel. The use of different energy systems of the different disciplines will also be discussed. This module consists of a presentation, an exercise and a module quiz.

*En este módulo aprenderás sobre la diversidad de los sistemas de energía del cuerpo y cómo los músculos se abastecen de combustible. También se discutirá el uso de diferentes sistemas de energía en las diferentes disciplinas. Este módulo consta de una presentación, un ejercicio y un cuestionario de módulo.*

---

### 5. Transfer to Daily Training Practice / Transferencia a la práctica de entrenamiento diario

---

In this module we combine and translate previous knowledge to the needs of horses in different disciplines. What does this mean for the use of energy systems and muscle fiber types? You will learn how this is practically implemented in daily training practice and the preparation for the different discipline. The training principle 'overcompensation' will also be explained and discussed.

This module consists of two presentations, an exercise and a module quiz.

*En este módulo combinamos y trasladamos los conocimientos previos adquiridos a las necesidades de los caballos en diferentes disciplinas. ¿Qué significa esto para el uso de sistemas de energía y tipos de fibra muscular? Aprenderás cómo implementar estos conceptos de forma práctica en el trabajo diario de entrenamiento y la preparación para las diferentes disciplinas. También se abordará el principio de 'sobrecompensación'.*

*Este módulo consta de dos presentaciones, un ejercicio y un cuestionario de módulo.*

---

### 6. Using the Heart Rate Monitor / Uso del monitor de frecuencia cardiaca (pulsómetro)

---

In this module you will learn how to quantify the training load and how you can use heart rate measurements as a useful tool for getting an insight in training load. We will present you how to use the heart rate monitor and how you can interpret the heart rate measurement data. This module consists of two presentations, an instruction video, two video's with heart rate monitoring including the interpretation, supplementary material, an exercise and a module quiz.

*En este módulo aprenderás cómo cuantificar la carga de entrenamiento y cómo puede usar las mediciones de frecuencia cardiaca como una herramienta útil para obtener una idea sobre la carga de entrenamiento. Te explicaremos cómo usar el monitor de frecuencia cardiaca o pulsómetro y cómo interpretar sus datos.*

*Este módulo consta de dos presentaciones, un video de instrucciones, dos videos con monitoreo del ritmo cardiaco y su interpretación, material complementario, un ejercicio y un cuestionario de módulo.*

---

### 7. How to Train? / ¿Cómo entrenar?

---

In this last module you will learn how to use a checklist to evaluate the training. With the previous knowledge you will learn how to optimize the training with the use of basic training guidelines.

This module consists of a presentation, a training schedule and a module quiz.

*En este último módulo aprenderás a usar una lista de verificación (checklist) para evaluar el entrenamiento. Gracias a los conocimientos previos adquiridos, aprenderás a optimizar el entrenamiento a través de las pautas básicas de entrenamiento.*

*Este módulo consta de una presentación, un calendario de entrenamiento y un cuestionario de módulo.*

---

### End of course & Feedback / Final del Curso y Feedback

---

## ANIVADO ONLINE COURSE BASIC SPORT PHYSIOLOGY OF THE HORSE SPANISH

COURSE DETAILS / DETALLES DEL CURSO	
<b>COURSE LEADER/ DIRECTORA DEL CURSO</b>	Dr. Carolien Munsters
<b>COURSE TUTOR/ PROFESORES DEL CURSO</b>	Dr. Carolien Munsters
<b>PRE-REQUISITE KNOWLEDGE PRE-REQUISITOS DE CONOCIMIENTO</b>	Not necessary <i>No se necesitan</i>
<b>COURSE FORMAT FORMATO</b>	MOOC (Massive Open Online Course) MOOC
	*for IT requirements click <a href="#">here</a> <i>*para conocer los requerimientos técnicos haga clic <a href="#">aquí</a></i>
<b>SPECIFIED LIMITED ACCESS TIME  TIEMPO DE ACCESO ESTABLECIDO</b>	<b>30 Days/Module = 210 Days from payment.</b> There is no individual limit on Module time as long as all are completed within the overall Course Time Limit. Each module becomes available as you complete the previous Module Quiz and remains live until the specified limited Access time has been used up. <b>30 días/Módulo = 210 Días desde el pago.</b> <i>No hay tiempo máximo por módulo. El módulo permanece activo hasta que se agote el tiempo de acceso limitado especificado. Cada módulo aparece disponible una vez completas el Cuestionario fin de módulo y permanece activo hasta agotarse el tiempo de acceso especificado.</i>
	*for specifications of terms click <a href="#">here</a> <i>*para especificaciones de los términos haga clic <a href="#">aquí</a></i>
<b>LEARNING RESOURCES RECURSOS DE APRENDIZAJE</b>	Online lectures; Supportive Material; Practical instructions; End of Module Quiz; <i>Clases online; Material de Apoyo; Ejercicios online; Cuestionario de final de Módulo</i>
	*for generic course work-flow click <a href="#">here</a> <i>*para conocer el flujo de trabajo del curso, haga clic <a href="#">aquí</a></i>
<b>STUDY TIME  TIEMPO DE ESTUDIO</b>	Start any time after payment. Estimated time for the whole course: 7 – 10 hours. <i>Comienza cuando quieras tras el pago. Tiempo estimado de estudio total: 7-10 horas.</i>
<b>INTERACTION  INTERACCIÓN</b>	Self-Study. Quiz and Results generated online; FAQ section; For problem solving please contact us <i>Autoestudio; Cuestionarios y resultados generados online; Sección de Preguntas Frecuentes; Para resolver problemas por favor contáctenos.</i>
<b>QUALIFICATIONS  CALIFICACIONES</b>	<b>ANIVADO Course Completion Certificate</b> upon successful completion of all Module Quiz's; <b>Certificado de finalización del curso ANIVADO</b> al completar con éxito todos los cuestionarios de cada módulo;
<b>OPTIONAL ASSESMENT  HERRAMIENTAS OPCIONALES</b>	Not currently available: Contact us if you wish to discuss tailor-made assessments for you students. <i>No disponible actualmente: Contáctanos si deseas crear herramientas a medida para tus estudiantes</i>
<b>LICENSE AND USAGE LICENCIA Y USO</b>	This course is for individual use only. <i>Este curso es exclusiva de uso individual.</i>
<b>COURSE COST COSTE DEL CURSO</b>	€96,80 incl. VAT €96.80 (incl. IVA)
	*For ANIVADO terms and conditions click <a href="#">here</a> <i>*Consulte los términos y condiciones de ANIVADO <a href="#">aquí</a></i>