


EDUCADOR FÍSICO DEPORTIVO (CAFYD)

PRESENTACIÓN DEL CURRÍCULUM

Jose Miguel del Castillo Molina	
<ul style="list-style-type: none"> • Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFYD) – INEF UPM Madrid (1992-1997). • Educador Físico Deportivo - Colegiado EFD 55.255. • Funcionario Docente en Educación Física de la C.A.M. • Profesor de Posgrados en varias Universidades impartiendo créditos de Masters y Expertos Universitarios en ejercicio físico y entrenamiento. • Docente-ponente en varios Simposios y Congresos nacionales e internacionales. • Docente-Formador en Ayuntamientos y Consejerías de Educación y Consejería de Sanidad de varias CC. AA (Proyecto "Receta Deportiva"). • Asesor Consejo COLEF y ex-vocal COPLEF Madrid. • Divulgador de contenidos de ejercicio físico en medios de comunicación. • Escritor de publicaciones y libros técnicos sobre entrenamiento. • Preparador físico y entrenador personal. 	

CURRÍCULUM RESUMIDO

Jose Miguel del Castillo Molina	
<p>Datos Personales Email: josemi@josemief.com</p> <p>Fecha nacimiento: Madrid, 14-05-1974 Domicilio: Rivas-Vaciamadrid (Madrid)</p>	
Currículum ampliado Acceso al CV digital detallado	
<p>FORMACIÓN ACADÉMICA</p> <ul style="list-style-type: none"> - Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFYD): INEF - Universidad Politécnica de Madrid 1992-1997 (<i>Master Degree in Sport and Exercise Science</i>). - Entrenador Nacional Superior de Bodybuilding y Fitness IFBB y FEH (<i>Federación Española de Halterofilia</i>). - Entrenador Nacional de Gimnasia Artística Deportiva. - Profesor disciplinas defensa personal y deportes de contacto: Full-contact, Kick-boxing, Thai-boxing y Boxeo. 	
<p>ÁREAS DE ESPECIALIZACIÓN DE PERFIL PROFESIONAL</p> <p><i>Mi perfil profesional se ha vinculado desde sus orígenes al inicio de mis estudios en 1992, con 4 campos principalmente y desde hace 30 años, ofreciendo actualmente mi conocimiento a la formación y divulgación en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> Entrenamiento personal en fitness, salud y rendimiento deportivo: <ul style="list-style-type: none"> ○ Cambios de composición corporal. ○ Entrenamiento funcional de la fuerza. ○ Entrenamiento para la mejora de la salud y ejercicio en enfermedades y patologías. ○ Rendimiento deportivo (preparación física). ○ Deportes de contacto (Boxeo y Kick boxing). Formación de Entrenadores/Preparadores físicos, Profesorado de EF, Médicos y Enfermeras en: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ayuntamientos. ○ Consejería de Educación de varias CCAA (<i>Madrid, Valencia, etc.</i>) ○ Consejería de Sanidad CAM: proyecto "Receta deportiva". ○ Profesor de Posgrado en Universidades: impartiendo créditos de Máster y Expertos Universitarios. ○ Simposios y Congresos nacionales e internacionales. Docencia de la Educación Física en Secundaria y Formación Profesional: <ul style="list-style-type: none"> ○ Bachillerato y TAFAD principalmente (desde el año 2000 hasta la actualidad). ○ Más de 800 horas de formación permanente en el ámbito. ○ Más de 10 años de Jefe de Departamento de EF. 	

<p>4. Divulgación de contenidos en CAFYD.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Blog de Ciencias del Deporte: https://josemief.com/blog-ejercicio/ y RRSS (material multimedia complementado con vídeos de entrenamiento). ○ Publicación de libros técnicos sobre entrenamiento y salud (CORE, Fuerza, Entrenamiento en suspensión, HIIT y Salud) en formatos digital-multimedia y publicación impresa. ○ Colaboración con la mayoría de los principales medios de comunicación nacionales e internacionales (TV, radio, prensa y revistas especializadas). ○ Actualización científica en temas de Entrenamiento y Salud. ○ Hábitos de vida saludables y lucha contra el sedentarismo en todas las poblaciones (niños, adultos y mayores). Envejecimiento saludable.
<p>PUBLICACIONES TÉCNICAS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Libro “Manual completo de Entrenamiento actual de Core. Más rendimiento y salud. Menos lesiones. De la Investigación a la práctica” (2020). Editorial Círculo Rojo. Versión impresa y Versión digital. - Libro “Conceptos avanzados de entrenamiento con cargas” (P.J. Benito Peinado, 2020). Editorial Círculo Rojo. Colaboración en el capítulo 12, como co-autor: selección de ejercicios de fuerza, Versión impresa. - Publicación en Journal, Revista Española de Educación Física y Deportes (<i>Spanish Journal of Physical Education and Sports</i>) <ul style="list-style-type: none"> • ¿Por qué es necesario aumentar las horas de educación física?. Número 419, año LXIX, 4º trimestre, 2017, (nº 17, VI Época). • Manual completo ENTRENAMIENTO ACTUAL DEL CORE. Más rendimiento y salud. Menos lesiones. De la investigación a la práctica. Número 431, año LXXII, 4º trimestre, 2020, (nº 29, VI Época).
<p>EXPERIENCIA PROFESIONAL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cuerpo de funcionarios de profesores de Secundaria, especialidad Educación Física (Secundaria y Ciclo Formativo superior TAFAD). Como docente en centros públicos desde el año 2000. Puesto nº 38 en las oposiciones 2004 de 1.600 aspirantes, y 1º de su tribunal por notas, obteniendo plaza como funcionario. - Asesor del CONSEJO COLEF (octubre 2018 - actualidad). - Junta de Gobierno del COPLEF Madrid (<i>Colegio Oficial de Licenciados en CC de la Actividad Física y del Deporte</i>): Vocal área de entrenamiento, fitness y EF. Colegiado 55.255 (octubre 2015 a octubre 2018). - Comité de expertos del COPLEF de Madrid de Fitness, salud y E.F. (octubre 2015 a octubre 2018). - Miembro del Proyecto #EF1hDiaria con campañas a nivel estatal de gran repercusión en los medios, consiguiendo junto a los Colegios profesionales, la 3ª hora de EF en muchas CC.AA. Campaña Change.org - Miembro del Comité Editorial y Revisor de Blogs en Ciencias del Ejercicio en G-SE, Líder Mundial en Información y Capacitación a Distancia en Ciencias del Ejercicio y Salud. - Entrenamientos todo tipo de poblaciones: receta deportiva, salud, estética corporal y rendimiento deportivo.
<p>ACTIVIDADES DE FORMACIÓN (acceso detallado a formaciones impartidas)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ponente en Congresos, Simposios, Cursos y Jornadas nacionales e internacionales. - Docente de formación en varias Consejerías de Educación (<i>Madrid, Valencia</i>) y en los Polideportivos públicos municipales para profesionales del deporte (<i>Ayuntamiento de Madrid</i>) para entrenadores, preparadores físicos y profesores de EF: “Entrenamiento de la condición física”: fuerza, entrenamiento en suspensión, core, HIIT, etc. - Docente de formación en la Consejería de Sanidad de Madrid (<i>Comunidad de Madrid</i>) de médicos y enfermeras: proyecto Receta deportiva. Campaña change.org - Profesor de posgrado en numerosos Expertos Universitarios y Masters en Ciencias Actividad Física y Deporte para alumnos de grado CAFYD.
<p>PREMIOS</p> <ul style="list-style-type: none"> - Premio Fitness “Promoción de la actividad física y hábitos saludables: lucha contra la obesidad infantil 2017”. - Finalista del II Concurso de Post Solidario Mutua Madrileña 2015. - TOP 100 SALUD DEPORTIVA (Influencers de la salud): 1ª posición durante semanas (puntuación basada en KLOUT: 73/100 puntos). Ranking de usuarios de habla hispana más activos y con más interacciones en redes sociales en materia de Salud Deportiva (<i>Ciencias de la actividad física y el deporte, podología deportiva, psicología del deporte, nutrición deportiva, medicina del deporte, fisioterapia deportiva, y aquellas materias relacionadas con estas 6 modalidades y la salud en el deporte</i>).
<p>DIVULGACIÓN EN MEDIOS DE COMUNICACIÓN</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Colaboración con la mayoría de los principales medios de comunicación nacionales e internacionales (TV, radio, prensa y revistas especializadas).