

Master en Actividades de Natación + Monitor de Aquagym (Doble Titulación)



ÍNDICE

1 | Somos Educa
Business School

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por las
que elegir Educa
Business School

7 | Programa
Formativo

8 | Temario

9 | Contacto

SOMOS EDUCA BUSINESS SCHOOL

EDUCA Business School es una institución de formación online especializada en negocios. Como miembro de la Comisión Internacional de Educación a Distancia y con el prestigioso Certificado de Calidad AENOR (normativa ISO 9001) nuestra institución se distingue por su compromiso con la excelencia educativa.

Nuestra **oferta formativa**, además de **satisfacer las demandas del mercado laboral** actual, puede bonificarse como formación continua para el personal trabajador, así como ser homologados en Oposiciones dentro de la Administración Pública. Las titulaciones de EDUCA Business School se pueden certificar con la Apostilla de La Haya dotándolos de validez internacional en más de 160 países.

Más de

18

años de
experiencia

Más de

300k

estudiantes
formados

Hasta un

98%

tasa
empleabilidad

Hasta un

100%

de financiación

Hasta un

50%

de los estudiantes
repite

Hasta un

25%

de estudiantes
internacionales

RANKINGS DE EDUCA BUSINESS SCHOOL

Educa Business School se engloba en el conjunto de EDUCA EDTECH Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online.

Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación. Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



ALIANZAS Y ACREDITACIONES



FONDO
SOCIAL
EUROPEO



BY EDUCA EDTECH

Educa Business School es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas instituciones educativas de formación online. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



ONLINE EDUCATION



METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUCA BUSINESS SCHOOL

1. FORMACIÓN ONLINE ESPECIALIZADA

Nuestros alumnos acceden a un modelo pedagógico innovador **de más de 20 años de experiencia educativa con Calidad Europea.**



2. METODOLOGÍA DE EDUCACIÓN FLEXIBLE

Con nuestra metodología estudiarán **100% online** y nuestros alumnos/as tendrán acceso los 365 días del año a la plataforma educativa.



3. CAMPUS VIRTUAL DE ÚLTIMA TECNOLOGÍA



Contamos con una **plataforma avanzada** con material adaptado a la realidad empresarial, que fomenta la participación, interacción y comunicación con alumnos de distintos países.

4. DOCENTES DE PRIMER NIVEL

Nuestros docentes están acreditados y formados en **Universidades de alto prestigio en Europa**, todos en activo y con una amplia experiencia profesional.



5. TUTORÍA PERMANENTE



Contamos con un **Centro de Atención al Estudiante CAE**, que brinda atención personalizada y acompañamiento durante todo el proceso formativo.

6. DOBLE MATRICULACIÓN

Algunas de nuestras acciones formativas cuentan con la llamada **Doble matriculación**, que te permite obtener dos formaciones, ya sean de masters o curso, al precio de una.



Master en Actividades de Natación + Monitor de Aquagym (Doble Titulación)



DURACIÓN
1500 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

Doble Titulación: - Titulación de Master en Actividades de Natación con 600 horas expedida Expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional - Titulación de Monitor de Aquagym con 200 horas expedida Expedida por EDUCA BUSINESS SCHOOL como Escuela de Negocios Acreditada para la Impartición de Formación Superior de Postgrado, con Validez Profesional a Nivel Internacional



EDUCA BUSINESS SCHOOL

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Educa Business School.

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX/XXXX/XXXXXX.

Con una calificación XXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

Firma del Alumno/a
NOMBRE ALUMNO/A

La Dirección Académica
NOMBRE DE AREA MANAGER



Con el aval de la Comisión, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNED (Plan Propio) (2016)

Descripción

Si tiene interés en el entorno de la natación y quiere aprender las diferentes técnicas y procesos para desenvolverse de manera profesional en este sector este es su momento, con el Master en Natación podrá adquirir los conocimientos necesarios para desarrollar esta actividad de la mejor manera posible. Gracias a al realización de este Master se abordaran diferentes aspectos esenciales para conocer a fondo la natación como los primeros auxilios, las técnicas para desempeñar la función de monitor de natación, la programación de actividades etc. El término “aquagym”, de etimología inglesa que viene a mezclar los términos ‘gimnasia’ y ‘agua’, nos acerca ya a una definición del concepto. Se trata pues, de una variante aeróbica dentro del medio acuático. Los beneficios de esta práctica son numerosos. La inclusión de esta práctica en nuestra sociedad es cada vez mayor. Su éxito, sobretudo en sectores poblacionales de edad avanzada o que han sufrido algún tipo de daño articular o muscular. Este curso nos ofrece la formación necesaria para poder ejercer como Monitor de Aquagym.

Objetivos

- Manejar las habilidades y destrezas básicas en el medio acuático para dominar las acciones acuáticas.
- Definir y aplicar pruebas para la determinación del nivel de destreza acuática, el nivel de condición física, el nivel de condición biológica, intereses, motivaciones y grado de autonomía personal de los distintos usuarios.
- Concretar, en cada una de las sesiones, las actividades, metodologías y recursos materiales en función de las contingencias que pueden aparecer en los grupos de usuarios
- clientes que siguen un programa relacionado con las actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.
- Conocer el desarrollo y la distintas metodologías que se pueden emplear en la natación.

- Aplicar técnicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio básicas según el protocolo establecido.
- Adentrarse en la historia de la natación.
- Conocer el desarrollo y la distintas metodologías que se pueden emplear en la natación.
- Aprender los diferentes enfoques y aplicaciones de las actividades acuáticas.
- Saber y poner en práctica algunas consideraciones pedagógicas para monitores de Aquagym.
- Conocer las técnicas y aplicarlas de fitness acuático.
- Crear actividades acuáticas educativas.
- Conocer las diferentes técnicas básicas y estilos más utilizados en Natación.
- Adquirir conocimientos con respecto a primeros auxilios y el salvamento acuático.

Para qué te prepara

Este Master en Natación está dirigido a todas aquellas personas que se dedican al mundo de las actividades física y deportivas o cualquier persona interesada en formarse o ejercer como Monitor de Natación. De igual forma se dirige a a todas aquellas personas que se dedican al mundo de las actividades física y deportivas o cualquier persona interesada en formarse o ejercer como Monitor de Aquagym.

A quién va dirigido

Este Master en Natación le prepara para tener una visión completa sobre el sector de la natación, aprendiendo técnicas y actividades para poder desempeñar la función de monitor de manera experta. El siguiente curso le prepara para poder ejercer como Monitor de Aquagym capacitándole para la confección y desarrollo de los programas de enseñanza en las actividades acuáticas, según las diferentes tendencias metodológicas aplicables a la enseñanza de la natación y demás especialidades.

Salidas laborales

Natación / Actividades acuáticas / Primeros auxilios. Monitor de Aquagym, Auxiliar/vigilante de piscinas, Club deportivos, Gimnasios y Spa.

TEMARIO

1. CURSO 1. MASTER EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN

PARTE 1. NATACIÓN

MÓDULO 1. HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS EN EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO. EJECUCIÓN DE HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS.

1. La respiración y las apneas.
2. La flotación.
3. La propulsión.
4. La entrada al agua.
5. Los giros en el agua.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DOMINIO DEL MEDIO ACUÁTICO. EJECUCIÓN DE HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS COMBINADAS.

1. Desplazamientos.

MÓDULO 2. TÉCNICAS ESPECÍFICAS DE NADO EN EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. DOMINIO DE LOS ESTILOS DE NADO VENTRALES.

1. El estilo crol, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
2. El estilo braza, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
3. El estilo mariposa, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. DOMINIO DE LOS ESTILOS DE NADO DORSALES.

1. El estilo espalda, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. VIRAJES EN LAS COMPETICIONES DE NATACIÓN.

1. Virajes y ejes de giro, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica.
2. Fases en la ejecución de los virajes, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. APLICACIÓN PRÁCTICA DE LOS ESTILOS DE NADO.

1. Para el desarrollo de la resistencia de nado requerida.
2. Para el desarrollo de la velocidad de nado requerida.

PARTE 2. PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

MÓDULO 1. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO Y PRUEBAS DE NIVEL EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. NORMATIVA, ESPACIOS Y RECURSOS EN EL ÁMBITO DE LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Normativa específica relativa a instalaciones acuáticas.
2. Organización y estructura de las entidades que ofertan actividades de natación.
3. Público, entidades, empresas y organismos demandantes de actividades de natación.
4. Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones acuáticas:
5. Tipos de instalaciones acuáticas y usos.
6. Equipamiento y material auxiliar en las actividades acuáticas.
7. Optimización de recursos humanos y materiales:

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANÁLISIS DEPORTIVO-ACUÁTICO DEL CLIENTE-USUARIO.

1. Aspectos básicos de aplicación.
2. Pruebas de nivel de destreza acuática.
3. Medidas antropométricas.
4. Pruebas biológico-funcionales.
5. Pruebas de análisis postural.
6. Pruebas de valoración de la condición física para las actividades en el medio acuático.
7. Detección de rasgos significativos de la personalidad, motivaciones e intereses:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO PREVIO A LA PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Interpretación de la Programación General de la Entidad.
2. Recogida de datos e información.
3. Análisis del contexto de intervención y oferta adaptada de actividades.
4. Análisis diagnóstico - orientaciones para la concreción de la Programación General.
5. Integración y tratamiento de la información obtenida.

MÓDULO 2. PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ESTRUCTURAS Y FUNCIONES ORGÁNICAS RELACIONADAS CON LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS.

1. Aparato locomotor.
2. Aparato respiratorio.
3. Aparato circulatorio.
4. Sistema nervioso.
5. Metabolismo energético.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PRINCIPIOS GENERALES DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL MEDIO ACUÁTICO.

1. Concepto de acondicionamiento, forma física y rendimiento.
2. Principios generales del acondicionamiento físico.
3. Capacidades condicionales y coordinativas:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ADAPTACIÓN FUNCIONAL. RESPUESTA SALUDABLE A LA ACTIVIDAD FÍSICA.

1. Los procesos adaptativos en las actividades de natación.
2. Adaptación cardio-vascular.
3. Adaptación del sistema respiratorio.
4. Adaptación del sistema nervioso y endocrino.
5. Adaptación del sistema músculo-esquelético.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD.

1. Concepto de salud y su relación con la actividad física.
2. Efectos de la actividad física sobre la salud y la calidad de vida.
3. Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividades acuáticas.
4. Higiene corporal y postural a través de las actividades acuáticas.
5. Hábitos de vida saludables. Factores condicionantes del nivel de condición física saludable.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACTIVIDADES DE NATACIÓN APLICADAS A LOS DIFERENTES NIVELES DE AUTONOMÍA PERSONAL.

1. Discapacidad: concepto, tipos y características.
2. Clasificaciones médico-deportivas.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PROGRAMACIÓN EN EL ÁMBITO DE LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS.

1. Fundamentos
2. Objetivos.
3. Actividades.

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROCESOS Y PERIODICIDAD EN LA EVALUACIÓN.

1. Aspectos cuantitativos y cualitativos de la evaluación.
2. El diseño de los procesos de la evaluación:
3. Evaluación del proceso, resultados y calidad del servicio.
4. Periodicidad de la evaluación.

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TRATAMIENTO Y REGISTRO DE PROGRAMACIONES DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Estadística aplicada a la elaboración de programas de natación:
2. Recursos informáticos aplicados a la elaboración de programas de natación.

PARTE 3. METODOLOGÍA E INSTRUCCIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

MÓDULO 1. SESIONES DE ENTRENAMIENTO EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES ACUÁTICAS - TIPOLOGÍAS Y DOTACIÓN.

1. Criterios de clasificación de las instalaciones acuáticas.
2. Normativa actual de construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas.
3. La accesibilidad en las instalaciones acuáticas: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones.

4. Descripción de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas.
5. Sistemas de seguridad de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas.
6. Descripción de los materiales habituales para el desarrollo de las actividades de natación:
7. Plan de mantenimiento de las instalaciones acuáticas, sus equipamientos, equipos y materiales:
8. Confort ambiental y medidas de ahorro.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE APLICADA A LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Teoría y bases fundamentales del aprendizaje y desarrollo motor:
2. Los estilos de enseñanza: adaptación a las actividades de natación para los diferentes tipos de usuarios.
3. Diseño y desarrollo de la sesión de actividades de natación, para su adecuación a las necesidades y expectativas de cada tipo de usuario:
4. La intervención docente en la sesión de actividades de natación:
5. Control, seguimiento y evaluación continua de los resultados individuales, para la adaptación de las sesiones a las necesidades de los diferentes tipos de usuarios:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. HÁBITOS Y PRÁCTICAS COMPLEMENTARIAS A LA ACTIVIDAD FÍSICA: SALUD Y CALIDAD DE VIDA.

1. El estilo de vida. Concepto y tipos.
2. Estilo de vida y salud: Concepto y componentes de la salud.
3. Higiene individual y colectiva.
4. Ejercicio físico.
5. Aspectos determinantes para una alimentación saludable:
6. Composición corporal, balance energético y control del peso:
7. Hábitos no saludables - conductas de riesgo para la salud:
8. Medidas y técnicas recuperadoras:

UNIDAD DIDÁCTICA 4. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES Y ACCIDENTES EN LAS INSTALACIONES ACUÁTICAS.

1. Legislación básica sobre seguridad y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas:
2. Plan de autoprotección de la instalación acuática: simulaciones ficticias con personal de instalación.
3. Plan de evacuación de la instalación acuática: simulaciones ficticias con personal e usuario de la instalación.
4. Riesgos característicos en el uso de las instalaciones acuáticas: procedimientos operativos más comunes.

MÓDULO 2. INSTRUCCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA APLICADOS AL OCIO Y A LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS.

1. Desarrollo evolutivo.
2. Características de las distintas etapas en relación con la participación.

3. Bases de la personalidad.
4. Psicología de grupo.
5. Individuo y grupo.
6. Grupo de pertenencia y grupo de referencia.
7. Calidad de vida y desarrollo personal.
8. Necesidades personales y desarrollo personal.
9. Motivación.
10. Actitudes.
11. Sociología del ocio y la actividad física deportiva.
12. Procesos de adaptación social y situaciones de inadaptación.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. COMUNICACIÓN EN LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Teoría de la comunicación.
2. Comunicación interna.
3. Comunicación externa.
4. Proceso de comunicación:

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DIRECCIÓN E INTERVENCIÓN EN EL ÁMBITO DE LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA LOS DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS.

1. Teoría y fundamentos de la dirección y dinamización de actividades de natación:
2. Dirección y dinamización de actividades de natación para los diferentes tipos de usuarios:
3. Dinámica de grupos en las actividades de natación para diferentes tipos de usuarios:
4. Técnicas de comunicación en las actividades de natación:

UNIDAD DIDÁCTICA 4. NORMALIZACIÓN E INTEGRACIÓN DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Los diferentes tipos de discapacidad:
2. Adaptaciones generales de las personas con discapacidad a las actividades de natación:
3. Consideraciones generales de mantenimiento de los materiales protésicos y ortésicos.
4. Criterios para la organización de las actividades de natación adaptadas a las diferentes discapacidades:
5. Normas básicas de seguridad e higiene en actividades de natación para personas con diferentes tipos de discapacidades.
6. Organismos y entidades a nivel local, autonómico, nacional e internacional, relacionadas con las personas con discapacidad.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. FUNDAMENTOS BIOMECÁNICOS DEL MOVIMIENTO HUMANO APLICADOS A LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Conceptos básicos y enfoques de la biomecánica.
2. Nociones elementales de la mecánica
3. Biomecánica de las técnicas acuáticas - Fuerzas en los desplazamientos acuáticos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones:
4. Nomenclatura, representación gráfica y simbología habitual para representar movimientos y ejercicios tipo.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DESARROLLO DE LA CONDICIÓN FÍSICA EN EL MEDIO ACUÁTICO.

1. Teoría y bases del entrenamiento:
2. Los sistemas de energía en natación:
3. Desarrollo de la Resistencia Aeróbica y Anaeróbica en el medio acuático:
4. Desarrollo de la Fuerza en el medio acuático:
5. Desarrollo de la Velocidad:
6. Desarrollo de la Flexibilidad:
7. Principios generales para la utilización de los diferentes sistemas adaptados a las necesidades de los diferentes tipos de usuarios.
8. Criterios de adaptación de la metodología de entrenamiento, a los diferentes tipos de usuarios:

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TEORÍA Y PRÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN.

1. Natación deportiva:
2. Natación sincronizada:
3. Waterpolo:

UNIDAD DIDÁCTICA 8. EVALUACIÓN OPERATIVA DE PROGRAMAS DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS.

1. Aspectos elementales de la evaluación:
2. Control básico del desarrollo de la sesión.
3. Control de la participación.
4. Control de la contingencia y previsión de incidencias.
5. Control del uso de la instalación, su equipamiento, equipos y materiales.
6. Registro, tratamiento e interpretación de datos.
7. Confección de memorias.

PARTE 4. MONITOR DE NATACIÓN

UNIDAD DIDÁCTICA 1. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR

1. Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
2. Las cualidades psicomotrices
3. Habilidades sociales del monitor
4. Actitudes desarrolladas por el monitor

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Introducción a la anatomía
2. Sistema óseo
3. Sistema muscular
4. Sistema nervioso
5. Sistema linfático

UNIDAD DIDÁCTICA 3. METABOLISMO EN FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO

1. El ejercicio físico
2. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio

3. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga

UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN

1. Introducción
2. Los aprendizajes en natación
3. Métodos de enseñanza
4. Estilos de enseñanza en actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ENFOQUES Y APLICACIONES DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Variables y condicionantes que inciden en un programa de actividades acuáticas
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALGUNAS CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA MONITORES DE NATACIÓN

1. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza
2. El juego: un aprendizaje diferente
3. Aplicación a las actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS DE NATACIÓN (CROL Y BRAZA)

1. El crol en la natación
2. La braza en la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS (ESPALDA Y MARIPOSA)

1. La técnica del estilo espalda
2. Técnica del estilo mariposa

UNIDAD DIDÁCTICA 9. DEFECTOS MÁS COMUNES EN LOS CUATRO ESTILOS

1. Introducción
2. Observación
3. Cómo mejorar la técnica

UNIDAD DIDÁCTICA 10. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

1. Fundamentación teórica
2. Gasto calórico
3. Nutrientes en el deporte

UNIDAD DIDÁCTICA 11. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

1. Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
2. Beneficios de la actividad física
3. Efectos de la actividad física y la alimentación

4. Cineantropometría
5. Ayudas ergogénicas

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1. Reanimación cardiopulmonar
2. Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
3. Calambre, agotamiento y golpe de calor

PARTE 5. PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. GENERALIDADES

1. Concepto de socorrismo y primeros auxilios
2. Principios de actuación en primeros auxilios
3. Terminología clínica
4. Valoración del estado del accidentado: valoración primaria y secundaria
5. Contenido básico del botiquín de urgencias
6. Legislación en primeros auxilios
7. Conocer o identificar las lesiones
8. Recursos necesarios y disponibles
9. Fases de la intervención sanitaria en emergencia
10. Exploración de la víctima

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA BÁSICA

1. Sistema óseo
2. Sistema digestivo
3. Sistema respiratorio
4. Sistema circulatorio
5. Sistema nervioso

UNIDAD DIDÁCTICA 3. SOPORTE VITAL BÁSICO

1. Introducción al Soporte Vital Básico
2. Secuencia en la RCP básica
3. Valoración del nivel de conciencia
4. Valoración de la ventilación
5. Comprobar si existe pulso carotídeo
6. Maniobras de resucitación cardiopulmonar
7. Protocolo de soporte vital básico

UNIDAD DIDÁCTICA 4. VENDAJES

1. Definición
2. Tipos de vendas
3. Tipos de vendajes

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TRASLADO DE ACCIDENTADOS

1. Introducción al traslado de accidentados
2. Métodos para levantar a una persona
3. Tipos de camilla
4. Prevención

UNIDAD DIDÁCTICA 6. ACTUACIONES EN PRIMEROS AUXILIOS

1. Las obstrucciones de la vía aérea
2. Las pérdidas de conciencia
3. Las crisis convulsivas
4. Las crisis cardíacas
5. Las hemorragias
6. Las heridas
7. Las fracturas y luxaciones
8. Las quemaduras
9. Lesiones de ojo, nariz y oído
10. Accidente de tráfico
11. Lesiones por electrocución
12. Las intoxicaciones
13. La insolación y golpe de calor
14. Hipotermia y congelación
15. Parto de urgencia
16. Lumbalgias de esfuerzo

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PSICOLOGÍA APLICADA A LOS PRIMEROS AUXILIOS

1. Valoración de la escena y reacción del accidentado
2. Principios de comunicación y habilidades sociales
3. CURSO 2. MONITOR DE AQUAGYM

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EL MONITOR

1. Definición de monitor
2. Funciones del monitor
3. Estilos del monitor deportivo
4. Tipos de actividades

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN AL AQUAGYM

1. Historia de las actividades acuáticas y el aquagym
2. Actividades acuáticas y ámbitos de actuación
3. Objetivos de la práctica de actividades acuáticas
4. Diferencias del agua y la tierra

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFOQUES Y APLICACIONES DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Variables y condicionantes que inciden en un programa de actividades acuáticas
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO. EJECUCIÓN DE HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

1. La respiración y las apneas
2. La flotación
3. La propulsión
4. La entrada al agua
5. Virajes y ejes de giro, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO DE SESIONES DE AQUAGYM

1. Programación del proceso de entrenamiento
2. Estructura de una sesión de aquagym
3. Estrategias de adaptación según el grupo
4. Aspectos a tener en cuenta ante un programa de actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EJERCICIOS ESPECÍFICOS DE AQUAGYM

1. Ejercicios para principiantes
2. Ejercicios para nivel avanzado
3. Uso de materiales y equipamiento en aquagym

UNIDAD DIDÁCTICA 7. METODOLOGÍA DE ENSEÑANZA Y COMUNICACIÓN EFECTIVA

1. Estrategias pedagógicas y metodológicas para monitores de aquagym
2. Técnicas de comunicación y motivación

UNIDAD DIDÁCTICA 8. AQUAGYM EN POBLACIONES ESPECÍFICAS

1. Adaptaciones en adultos mayores
2. Adaptaciones en personas con diversidad funcional
3. Adaptaciones con personas embarazadas

UNIDAD DIDÁCTICA 9. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Técnicas específicas de salvamento acuático
3. El salvamento acuático en piscinas

