



INESEM

BUSINESS SCHOOL

Master de Coordinador y Supervisor de Monitores y de Actividades de Natación + Titulación Universitaria

+ Información Gratis

titulación de formación continua bonificada expedida por el instituto europeo de estudios empresariales

Master de Coordinador y Supervisor de Monitores y de Actividades de Natación + Titulación Universitaria

duración total: 725 horas

horas teleformación: 300 horas

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

descripción

La natación es uno de los deportes "reina", ya que pueden practicarla la mayoría de las personas sin límite de edad y aporta innumerables beneficios para el cuerpo. A las ventajas de practicar actividad física hay que sumarle las de practicarla en el medio acuático, en el cual debido a que la gravedad es distinta, las actividades tienen un bajo impacto sobre las distintas partes de nuestro cuerpo, reduciendo al máximo la tensión en los huesos y articulaciones. Este Master de Coordinador y Supervisor de Monitores y de Actividades de Natación le ofrece la formación necesaria para poder ejercer como Monitor de Natación.



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo que deseen adquirir o perfeccionar sus conocimientos técnicos en este área.

objetivos

- 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 Natación.
- 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.
- Analizar y describir instalaciones acuáticas, según sus diferentes tipologías y el material de uso más frecuente en las actividades de natación para diferentes tipos de usuarios para asegurar su disponibilidad e idoneidad.
- 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.
- Analizar hábitos y prácticas complementarias a la actividad física que tienen una repercusión directa sobre la salud y calidad de vida.
- Identificar y aplicar en situaciones simuladas los planes de emergencia más habituales en instalaciones deportivas.
- Identificar y/o deducir los factores psicosociológicos que pueden incidir en la dinámica relacional y en la atención al cliente..
- Dirigir sesiones de enseñanza y acondicionamiento físico en actividades de natación para diferentes tipos de usuarios, aplicando la correspondiente metodología
- Analizar y definir los movimientos característicos en natación y habilidades acuáticas relacionadas desde el punto de vista biomecánico
- Analizar y llevar a cabo el proceso de evaluación de la enseñanza-aprendizaje y del acondicionamiento físico en natación y actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.
- Manejar las habilidades y destrezas básicas en el medio acuático para dominar las acciones acuáticas.
- Ejecutar las técnicas específicas de los diferentes estilos de nado para realizar intervenciones con seguridad y eficacia adaptándose a las condiciones del medio.
- Ejecutar desplazamientos en el medio acuático con niveles de velocidad y resistencia adecuados que aseguren la eficiencia de la actuación en el agua.
- 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.
- Describir y realizar el análisis diagnóstico de la realidad previa obtención, integración y procesado de los distintos tipos de información para realizarlo con objetividad.
- Determinar las pautas y orientaciones que permitan concretar los objetivos operativos de los programas de actividades de natación a partir de la información disponible y de la programación general de referencia.
- Definir las capacidades condicionales y coordinativas, y aplicar los criterios y procedimientos de intervención.
- Analizar y definir los procesos de adaptación fisiológica del organismo a la actividad física en el medio acuático.
- Analizar y describir la influencia que tiene la práctica de actividad física en el medio acuático en la mejora de la calidad de vida y el bienestar
- Analizar y describir la complejidad de ejecución de los diversos tipos de habilidades motrices en actividades de natación.
- Elaborar programas de enseñanza-acondicionamiento físico para actividades de natación para

diferentes tipos de usuarios.

- Establecer los procesos y periodicidad para la evaluación cualitativa y cuantitativa de los objetivos establecidos en los distintos programas para actividades de natación.
- Definir la normativa por la que se rige el evento o competición, aplicando el reglamento dentro de las funciones asignadas por la organización.
- Elaborar programas de competiciones no oficiales y eventos propios de las actividades de natación en función de una programación dada, para diferentes tipos de usuarios (gestantes; matronatación; bebés; edad escolar; adultos; mayores de 65 años; colectivos especiales; discapacitados, entre otros).
- Organizar los recursos disponibles para el funcionamiento del evento.
- Dirigir acontecimientos, eventos y competiciones de actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.
- Acompañar a deportistas en grupo o de forma individual a competiciones deportivas
- Describir y aplicar métodos e instrumentos de evaluación sobre el desarrollo y resultado del evento o la competición, utilizando los resultados obtenidos para posteriores acontecimientos, eventos o competiciones deportivas.
- Conocer la anatomía y fisiología de nuestro cuerpo implicada en la actividad física.
- Conocer las capacidades físicas básicas para su entrenamiento y los factores que influyen en su desarrollo.
- Comprender el proceso de aprendizaje psicomotor para poder alcanzar su desarrollo.
- Realizar la planificación de la sesión de entrenamiento para organizar el proceso de perfeccionamiento del deportista.
- Saber los reglamentos básicos de los diferentes deportes.
- Conocer las posibles lesiones y riesgos que pueden sufrir los deportistas, y como socorrer ante una situación de primeros auxilios.

para qué te prepara

El siguiente Master de Coordinador y Supervisor de Monitores y de Actividades de Natación le prepara para poder ejercer como Monitor de Natación 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

Monitor de natación, Auxiliar/vigilante de piscinas, Club deportivos, Gimnasios y Spa. Desarrolla su actividad profesional tanto en el ámbito público, ya sean administraciones generales, autonómicas o locales, como en entidades de carácter privado, ya sean grandes, medianas o pequeñas empresas que ofrezcan servicios de enseñanza, acondicionamiento físico y organización de competiciones y pequeños eventos de natación y actividades acuáticas para todo tipo de usuarios

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte de INESEM vía correo postal, la Titulación Oficial que acredita el haber superado con éxito todas las pruebas de conocimientos propuestas en el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la duración del mismo, el nombre y DNI del alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que el alumno superó las pruebas propuestas, las firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de la instituciones que avalan la formación recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).



INSTITUTO EUROPEO DE ESTUDIOS EMPRESARIALES

como centro de Formación acreditado para la impartición a nivel nacional de formación
EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre de la Acción Formativa

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación INESEM en la convocatoria de XXXX
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX-XXXX-XXXX-XXXXXX

Con una calificación de SOBRESALIENTE

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

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Firma del alumno/a

Sello

NOMBRE DEL ALUMNO/A



forma de bonificación

- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los seguros sociales que la empresa paga cada mes a la Seguridad Social.

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través del Campus Virtual. Con nuestra metodología de aprendizaje online, el alumno debe avanzar a lo largo de las unidades didácticas del itinerario formativo, así como realizar las actividades y autoevaluaciones correspondientes. Al final del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final, debiendo contestar correctamente un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder obtener el título.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán un seguimiento exhaustivo, evaluando todos los progresos del alumno así como estableciendo una línea abierta para la resolución de consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar todos sus trámites administrativos, la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad INESEM, donde fomentar su proceso de aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

materiales didácticos

- Manual teórico 'Entrenador Deportivo'
- Manual teórico 'Monitor de Natación'
- Manual teórico 'Habilidades y Destrezas Básicas en el Medio Acuático'
- Manual teórico 'Técnicas Específicas de Nado en el Medio Acuático'
- Manual teórico 'Sesiones de Entrenamiento en Actividades de Natación'
- Manual teórico 'Eventos y Competiciones Lúdicas en el Medio Acuático'
- Manual teórico 'Análisis Diagnóstico y Pruebas de Nivel en Actividades de Natación'
- Manual teórico 'Programación Didáctica en Actividades de Natación'
- Manual teórico 'Instrucciones y Dinamización de Actividades de Natación'



profesorado y servicio de tutorías

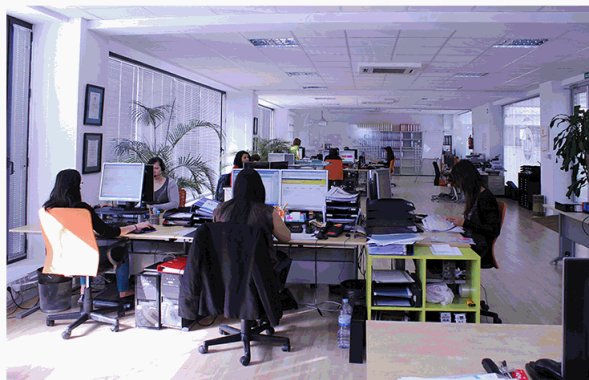
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “Guía del Alumno” entregado junto al resto de materiales de estudio. Contamos con una extensa plantilla de profesores especializados en las distintas áreas formativas, con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas, así como solicitar información complementaria, fuentes bibliográficas y asesoramiento profesional. Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y consultas a cualquier hora y obtendrá respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías telefónicas, dentro del cual el alumno podrá hablar directamente con su tutor.

- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede contactar y enviar sus consultas a través del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizando cualquier proceso administrativo así como disponer de toda su documentación



plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá de la misma duración del curso. Existe por tanto un calendario formativo con una fecha de inicio y una fecha de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cursos de modalidad online, el campus virtual de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de una extensa comunidad virtual que ya disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y promociones en formación, viajes al extranjero para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, publicaciones sobre formación a distancia, artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de oposiciones, concursos públicos de la administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

Este sistema comunica al alumno directamente con nuestros asistentes, agilizando todo el proceso de matriculación, envío de documentación y solución de cualquier incidencia.

Además, a través de nuestro gestor documental, el alumno puede disponer de todos sus documentos, controlar las fechas de envío, finalización de sus acciones formativas y todo lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, teniendo la posibilidad de realizar un seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

PARTE 1. MONITOR DE NATACIÓN

MÓDULO 1. ASPECTOS TEÓRICOS

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 FISIOLÓGÍA 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 FISIOLÓGÍA 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 2. 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

PARTE 3. 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 comunicacion:

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 material protésico y ortésico
- 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.Natacion deportiva:
- 2.Natacion sincronizada:
- 3.Waterpolo:

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

- 1.Aspectos elementales de la evaluacion:
- 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. 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

PARTE 5. 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 6. 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 especifica relativa a instalaciones acuaticas
- 2.Organizacion y estructura de las entidades que ofertan actividades de natacion

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

PARTE 7. 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 8. EVENTOS Y COMPETICIONES LÚDICAS EN EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE ACTIVIDADES LÚDICO-RECREATIVAS, EVENTOS Y COMPETICIONES EN EL MEDIO ACUÁTICO

- 1.Análisis descriptivo de los diferentes tipos de acontecimientos y eventos de actividades de natación, adaptados a cada uno de los tipos de usuarios
- 2.Fases de la organización de un evento . actividad lúdico-recreativa . competición
- 3.Área de operaciones y servicios
- 4.Área de infraestructuras
- 5.Área de organización deportiva
- 6.Área de medios informativos
- 7.Área de relaciones públicas y comercialización
- 8.Administración

UNIDAD DIDÁCTICA 2. NORMATIVA, REGLAMENTOS, ARBITRAJES Y CONTROL DE LOS EVENTOS Y COMPETICIONES DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

- 1.Elaboración de la normativa general de uso de la instalación en la que se desarrollará el evento y/o actividad lúdico-recreativa
- 2.Elaboración de la normativa específica del evento y/o actividad lúdico-recreativa
- 3.Elaboración del programa de control de la participación y desarrollo del evento y/o actividad lúdico-recreativa en el medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 3. NUEVAS TECNOLOGÍAS APLICADAS A LA EVALUACIÓN Y GESTIÓN DE RESULTADOS DE LOS EVENTOS DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

- 1.Metodología de evaluación en los eventos y/o actividades deportivas en el medio acuático
- 2.Metodología y procesos de gestión y aplicación de los datos obtenidos a través de los sistemas de control y evaluación del evento y/o actividad lúdico-recreativa en el medio acuático

UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA FIGURA DEL PROFESOR Y/O ENTRENADOR EN EL ÁMBITO DE LAS COMPETICIONES REGLADAS

- 1.Planificación del calendario de eventos y competiciones
- 2.Programación de la asistencia a los eventos con sede diferente a la de origen
- 3.El entrenador como elemento canalizador de los beneficios de la participación en eventos deportivos y competiciones de las actividades de natación
- 4.Sociología del ocio y la actividad física deportiva

PARTE 9. ENTRENADOR DEPORTIVO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVOLUCIÓN HISTÓRICA: DIFERENTES USOS DEL DEPORTE

- 1.Conceptos generales

2. Logro y mantenimiento de la salud

UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Sistema óseo: aparato locomotor y el movimiento
2. El sistema muscular
3. Articulaciones y movimiento
4. Los tendones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Fisiología muscular y sistemas energéticos
2. Fisiología cardio-circulatoria
3. Fisiología respiratoria
4. El sistema nervioso

UNIDAD DIDÁCTICA 4. CUALIDADES FÍSICAS BÁSICAS

1. Resistencia
2. Fuerza
3. Velocidad
4. Flexibilidad

UNIDAD DIDÁCTICA 5. CUALIDADES PSICOMOTRICES Y FORMAS PARA ALCANZAR SU DESARROLLO

1. El esquema corporal
2. El proceso de lateralización
3. Coordinación
4. Equilibrio
5. Desarrollo de las capacidades perceptivo motrices
6. Manifestaciones expresivas asociadas al movimiento

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TEORÍA Y PRÁCTICA DEL ENTRENAMIENTO

1. El entrenamiento y sus tipos
2. El desentrenamiento
3. Intensidad del entrenamiento. Ley del umbral o ley de Shultz-Arnoldt
4. Adaptación del organismo. Teoría del síndrome general de adaptación
5. Factores que intervienen en el entrenamiento físico

UNIDAD DIDÁCTICA 7. PROGRAMA Y ORGANIZACIÓN DE LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

1. Programación del proceso de entrenamiento
2. Planificación del entrenamiento
3. Sesión de entrenamiento
4. Características de un buen entrenador

UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICA Y TÁCTICA DE LOS DEPORTES. INICIACIÓN DEPORTIVA

1. Deportes individuales
2. Deportes colectivos
3. Técnicas en el deporte colectivo. El juego y el deporte
4. Tipos de juegos
5. El juego como método de enseñanza
6. Iniciación deportiva
7. Tipos de juegos para la iniciación deportiva
8. Juegos de iniciación para deportes de equipo

UNIDAD DIDÁCTICA 9. REGLAMENTO BÁSICO DE CADA DEPORTE

1. Atletismo
2. Natación
3. Bádminton
4. Judo
5. Tenis
6. Gimnasia rítmica
7. Gimnasia artística

- 8.Aerobic
- 9.Voleibol
- 10.Baloncesto
- 11.Fútbol
- 12.Balonmano

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE EN EL USO DE MATERIALES E INSTALACIONES DEPORTIVAS

- 1.Normas elementales de seguridad e higiene en la utilización del material e instalación
- 2.Mantenimiento para la seguridad e higiene de las diferentes instalaciones
- 3.La legislación relacionada con las instalaciones deportivas

UNIDAD DIDÁCTICA 11. LESIONES DEPORTIVAS. PREVENCIÓN Y TRATAMIENTO

- 1.Introducción a las lesiones deportivas
- 2.Definición
- 3.La prevención
- 4.Tratamiento
- 5.Lesiones deportivas frecuentes
- 6.¿Qué debes hacer si te lesiones durante la realización del ejercicio físico?
- 7.¿Qué puedes hacer si te lesionas?
- 8.Causas más comunes de las lesiones en el entrenamiento
- 9.Técnicas utilizadas en la prevención y tratamiento de lesiones

UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

- 1.Introducción a los primeros auxilios
- 2.Ahogamientos
- 3.Pérdida de conciencia
- 4.Crisis cardíacas
- 5.Crisis convulsivas
- 6.Hemorragias
- 7.Heridas
- 8.Las fracturas y luxaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 13. CONTACTO Y TRATAMIENTO CON EL CLIENTE

- 1.Ética profesional
- 2.Claves para el éxito