INESEM

BUSINESS SCHOOL

Curso de Monitor de Natación + Monitor de Natación Terapéutica (Titulación Universitaria + 8 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)

+ Información Gratis

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

Curso de Monitor de Natación + Monitor de Natación Terapéutica (Titulación Universitaria + 8 Créditos ECTS + CARNÉ FEDERADO)

duración total: 400 horas ***horas teleformación:*** 200 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 curso le ofrece la formación necesaria para poder ejercer como Monitor de Natación. Además debemos de saber que la Natación Terapéutica, es entendida como aquellos programas de salud que se dirigen, por un lado a la compensación de las desviaciones de la columna vertebral, y por otro lado, a la compensación de enfermedades y lesiones que pueden aparecer en la etapa adulta, utilizando para ello desplazamientos acuáticos descritos en el marco de la natación educativa. La Federación Española de Fitness acredita únicamente los contenidos referidos a la actividad física, cualquier mención a aspectos técnicos- tácticos queda fuera de sus competencias y de la acreditación.

+ Información Gratis

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.
- Conocer las diferentes lesiones y poder rehabilitarlas a través de la 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.

para qué te prepara

El siguiente curso le prepara para poder ejercer como Monitor de Natación y/o Monitor de Natación Terapéutica 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, y para la recuperación de lesiones en personas utilizando la natación como medio de rehabilitación.

salidas laborales

Monitor de natación Terapéutica, Auxiliar/vigilante de piscinas, Club deportivos, Gimnasios y Spa, Rehabilitación Deportiva.

+ Información Gratis

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 direccion General

MARIA MORENO HIDALGO

Sello

Firma del alumno/a

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

-

profesorado y servicio de tutorías

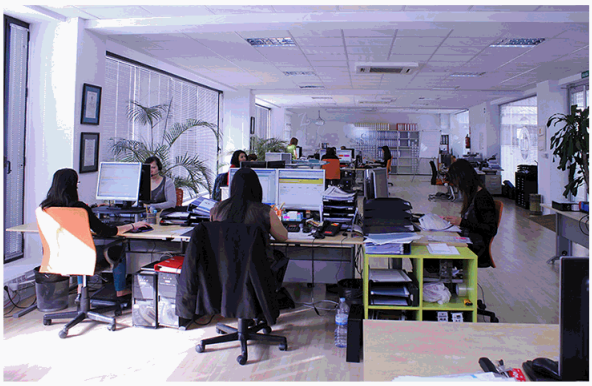
Nuestro equipo docente estará a su disposición para resolver cualquier consulta o ampliación de contenido que pueda necesitar relacionado con el curso. Podrá ponerse en contacto con nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email o Teléfono, en el horario que aparece en un documento denominado “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

+ Información Gratis

programa formativo

MÓDULO 1. 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

+ Información Gratis

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

MÓDULO 2. MONITOR DE NATACIÓN TERAPÉUTICA

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA DE LA NATACIÓN

1.Introducción
2.Resumen histórico de la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. 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 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. 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 5. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS DE NATACIÓN (CROL Y BRAZA)

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

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS (ESPALDA Y MARIPOSA)

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

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEFECTOS MÁS COMUNES EN LOS CUATRO ESTILOS

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

UNIDAD DIDÁCTICA 8. INTRODUCCIÓN A LA NATACIÓN TERAPÉUTICA

1.Introducción
2.Tipos de ejercicios
3.Beneficios de la natación terapéutica
4.Actividades acuáticas terapéuticas
    1.- Síndromes generales
    2.- Síndromes cérvico-escapulares
    3.- Síndromes lumbo-pélvicos
    4.- Síndromes específicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. NATACIÓN TERAPEUTICA I

1.Introducción
2.Valoración funcional de la columna vertebral

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NATACIÓN TERAPÉUTICA II

1.La cifosis
2.La lordosis
3.La escoliosis
4.Ejercicios

+ Información Gratis

5.Los niveles de ejecución

UNIDAD DIDÁCTICA 11. NATACIÓN TERAPÉUTICA III

1.Lumbalgia
- 1.- Causas de la lumbalgia según la edad
- 2.- Tipos de lumbalgia

2.Hernia discal lumbar
3.Ejercicios para lumbalgia y hernia discal lumbar
4.Hipercifosis dorsal
- 1.- Ejercicios

UNIDAD DIDÁCTICA 12. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

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

ANEXO I. GUÍA PRÁCTICA PARA LA PROGRAMACIÓN DE CLASES DE NATACIÓN DE NIVEL I Y II

1.Curso de Natación Nivel I. Primer ciclo
2.Curso de Natación Nivel II. Primer ciclo

ANEXO II. GUÍA PRÁCTICA PARA LA PROGRAMACIÓN DE UN CURSO INTENSIVO DE VERANO EN NATACIÓN

1.Consejos para monitores de natación del nivel cero
2.Consejos para monitores de natación del nivel uno
3.Consejos para monitores de natación del nivel dos
4.Actividades a realizar

ANEXO III: JUEGOS Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1.Juegos y actividades para enseñar destrezas básicas
2.Ejemplo del Formulario para un Plan de Sesión de Entrenamiento

+ Información Gratis