







IN
—
BU

Dirección y Dinamización
Acu



INESEM

SINNESS SCHOOL

***en Actividades de Fitness
ratico***

+ Información Gratis

**titulación de formación continua bonificada
empresarial**

Dirección y Dinamización ***Act***

duración total: 90 horas

horas telefo

precio: 0 € *

modalidad: Online

* hasta 100 % bonificable para trabajadores.

+ Información Gratis

descripción

En el ámbito de ñas Actividades físicas y deportivas, es del Fitness acuático e hidrocinésia, dentro del área profes recreativas. Así, con el presente curso se pretende apor dirección y dinamización en actividades de fitness acuát

+ Información Gratis



+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

Actividades de Fitness Acuático



a quién va dirigido

Todos aquellos trabajadores y profesionales en activo q
conocimientos técnicos en este área.

+ Información Gratis

objetivos

- Analizar los movimientos básicos del aparato locomotor implicación para la ejecución de ejercicios físicos.
- Deducir los factores psicosociológicos que pueden incidir en la atención al usuario.
- Aplicar técnicas de supervisión y mantenimiento de las características, para asegurar su adecuación y seguridad en las actividades de entrenamiento.
- Dirigir actividades de fitness acuático aplicando las estrategias adecuadas.
- Evaluar Programas de fitness acuático, tanto en su desarrollo, en lo relativo a, la calidad del servicio y el grado de satisfacción por la evolución de su condición física y técnica.
- Identificar y aplicar en situaciones simuladas los planes de seguridad en instalaciones deportivas.

+ Información Gratis

para qué te prepara

La presente formación se ajusta al itinerario formativo de Dinamización en Actividades de Fitness Acuático. certifi Unidades de Competencia en ella incluidas, y va dirigido profesionales adquiridas a través de la experiencia labor que va a optar a la obtención del correspondiente Certifi respectivas convocatorias que vayan publicando las dist propio Ministerio de Trabajo (Real Decreto 1224/2009 d profesionales adquiridas por experiencia laboral).

salidas laborales

+ Información Gratis

Su actividad se desarrolla en piscinas convencionales, p
centros SPA en: ayuntamientos, empresas de servicios
empresas turísticas, hoteles, camping, balnearios, camp
infraestructuras y/o gestión deportiva, federaciones dep
deportivo-recreativas y de ocio, gimnasios, comunidade
instalaciones afines.

+ Información Gratis

titulación

Una vez finalizado el curso, el alumno recibirá por parte Oficial que acredita el haber superado con éxito todas la el mismo.

Esta titulación incluirá el nombre del curso/máster, la du alumno, el nivel de aprovechamiento que acredita que e firmas del profesor y Director del centro, y los sellos de l recibida (Instituto Europeo de Estudios Empresariales).

+ Información Gratis



INSTITUTO EUROPEO DE EST

como centro de Formación acreditado para la im
EXPIDE LA SIGUIENTE

NOMBRE DEL A

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los

Nombre de la Acc

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formac
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con

Con una calificación de €

Y para que conste expido la pre
Granada, a (día) de (m)

La dirección General

MARIA MORENO HIDALGO

Sello



forma de bonificación

+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

ESTUDIOS EMPRESARIALES

participación a nivel nacional de formación
TITULACIÓN

ALUMNO/A

estudios correspondientes de

Formación Formativa

ión INESEM en la convocatoria de XXXX
número de expediente XXXX- XXXX-XXXX-XXXXXX

SOBRESALIENTE

esente TITULACIÓN en
es) de (año)

Firma del alumno/a

NOMBRE DEL ALUMNO/A



- Mediante descuento directo en el TC1, a cargo de los s
mes a la Seguridad Social.

+ Información Gratis

metodología

El alumno comienza su andadura en INESEM a través de una metodología de aprendizaje online, el alumno debe seguir un itinerario formativo, así como realizar las actividades y actividades del itinerario, el alumno se encontrará con el examen final con un mínimo del 75% de las cuestiones planteadas para poder pasar.

Nuestro equipo docente y un tutor especializado harán seguimiento de todos los progresos del alumno así como estableciendo consultas.

El alumno dispone de un espacio donde gestionar toda su formación en la Secretaría Virtual, y de un lugar de encuentro, Comunidad de Aprendizaje que enriquecerá su desarrollo profesional.

+ Información Gratis

materiales didácticos

- Manual teórico 'UF1694 Dirección y Dinamización en

+ Información Gratis



+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y



profesorado y servicio de tutorías

+ Información Gratis

Nuestro equipo docente estará a su disposición para de contenido que pueda necesitar relacionado con el cu nosotros a través de la propia plataforma o Chat, Email un documento denominado “Guía del Alumno” entregad Contamos con una extensa plantilla de profesores espe con una amplia experiencia en el ámbito docente.

El alumno podrá contactar con los profesores y form como solicitar información complementaria, fuentes bibli Podrá hacerlo de las siguientes formas:

- **Por e-mail:** El alumno podrá enviar sus dudas y co respuesta en un plazo máximo de 48 horas.

- **Por teléfono:** Existe un horario para las tutorías tel hablar directamente con su tutor.

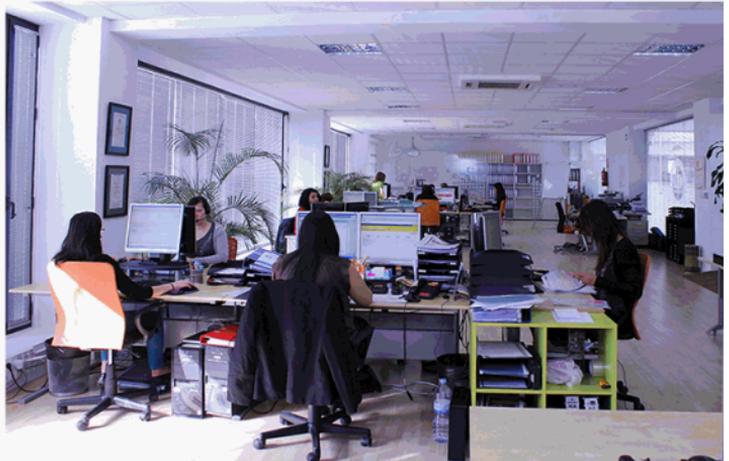
- **A través del Campus Virtual:** El alumno/a puede c del mismo, pudiendo tener acceso a Secretaría, agilizan

+ Información Gratis

+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y



+ Información Gratis

www.formacioncontinua.eu

información y

Actividades de Fitness Acuático



y matrículas: 958 050 240

fax: 958 050 245

plazo de finalización

El alumno cuenta con un período máximo de tiempo par
misma duración del curso. Existe por tanto un calendario
de fin.

campus virtual online

especialmente dirigido a los alumnos matriculados en cu
de inesem ofrece contenidos multimedia de alta calidad

+ Información Gratis



Después de la finalización del curso, que dependerá de la modalidad formativa con una fecha de inicio y una fecha

Para los cursos de modalidad online, el campus virtual y ejercicios interactivos.

comunidad

servicio gratuito que permitirá al alumno formar parte de disfruta de múltiples ventajas: becas, descuentos y pron para aprender idiomas...

revista digital

el alumno podrá descargar artículos sobre e-learning, p artículos de opinión, noticias sobre convocatorias de opo administración, ferias sobre formación, etc.

secretaría

+ Información Gratis

Este sistema comunica al alumno directamente con nue de matriculación, envío de documentación y solución de

Además, a través de nuestro gestor documental, el alum sus documentos, controlar las fechas de envío, finalizac lo relacionado con la parte administrativa de sus cursos, seguimiento personal de todos sus trámites con INESEM

programa formativo

UNIDAD FORMATIVA 1. DIRECCIÓN Y DINAMIZ

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BIOMECÁNICA APLICADA A L

- 1.Principios básicos de la biomecánica del movimiento
- 2.● Concepto y método biomecánico.
- 3.● Objetivos y contenidos.

+ Información Gratis

- 4.● Nomenclatura, ejes y planos anatómicos del cuerpo
- 5.Componentes de la Biomecánica:
- 6.● Movimientos del cuerpo humano. Particularidades
- 7.● Propiedades biomecánicas del músculo. Elemento neuromusculares. Tipos de fibras musculares, tipos de c
- 8.● Propiedades biomecánicas del tendón.
- 9.Los reflejos miotáticos-propioceptivos:
- 10.● Inervación recíproca.
- 11.● Receptores tendinosos - órgano de Golgi.
- 12.● Efecto pliométrico: microroturas del tejido conectiv
- 13.Análisis de los movimientos:
- 14.● Sistemas de palancas en el cuerpo humano. Tipo
- 15.● Sistema esquelético y Biomecánica articular: artic
- 16.● Las cadenas musculares.
- 17.Biomecánica básica de los ejercicios con cargas ex
- 18.● Relación entre la fuerza y el movimiento.
- 19.● Materiales, cargas y lesiones deportivas.
- 20.● Indumentaria - material deportivo y prevención de

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERACCIÓN RELACIONAL I DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA APLICADOS AL OCI

+ Información Gratis

1. Fundamentos de psicología y sociología.
2. Psicología social aplicada a las actividades físico-recreativas.
3. Superación de fobias en el medio acuático.
4. Desarrollo evolutivo:
 5. ● Características de las distintas etapas en relación con el medio acuático.
 6. ● Bases de la personalidad.
 7. ● Psicología del grupo.
 8. ● Individuo y grupo.
 9. ● Grupo de pertenencia y grupo de referencia.
 10. ● Calidad de vida y desarrollo personal.
 11. ● Necesidades personales y sociales.
 12. ● Motivación.
 13. ● Actitudes
 - 1.- Sociología del ocio y la actividad físico-deportiva.
 14. ● Socialización en el ámbito del fitness acuático.
 15. ● Procesos de adaptación social
 16. ● situaciones de inadaptación.
 17. ● Necesidades personales y sociales.
 18. ● La decisión inicial de participar en una actividad deportiva.
 19. ● Participación y orientación a las distintas actividades.

+ Información Gratis

- 20.● Calidad de vida y desarrollo personal.
- 21.Dinámica de grupos en el fitness acuático.
- 22.Dinámica relacional en el fitness acuático:
- 23.● Relación con la empresa.
- 24.● Trato y atención al cliente.
- 25.● Interacción con otros técnicos.
- 26.● El trabajo en equipo.
- 27.Fitness acuático y colectivos especiales:
- 28.● Tipos de discapacidad asumibles en actividades c
- 29.● Adaptación al esfuerzo.
- 30.● Contraindicaciones.
- 31.● Factores limitantes del movimiento en función del
- 32.● tipo de discapacidad.
- 33.● posibilidades de participación en actividades de fi
- 34.Características psico-afectivas de personas con dis
- 35.● Motoras.
- 36.● Psíquicas.
- 37.● Sensoriales.
- 38.Recursos de intervención en el ámbito del fitness ac
- 39.● Orientaciones generales para la adaptación de m

+ Información Gratis

40.● Adaptación de juegos y actividades recreativas.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. INSTALACIONES, APARATOS MANTENIMIENTO PREVENTIVO Y OPERATIVO

- 1.Características de los espacios acuáticos.
- 2.● Características del pavimento y de estructuras fijas
- 3.● Características y almacenaje en la sala de materia
- 4.● Disponibilidad de espacios horizontales lineales se
- 5.● Ubicación de los útiles de trabajo o materiales y es
- 6.● Anomalías estructurales o de almacenamiento.

1.- Medidas de seguridad básicas para el uso sin ri

- 7.Accesibilidad a los espacios y materiales de persona
- 8.Inventario actualizado de materiales auxiliares.

9.Material acuático de flotación:

- 10.● Cinturones.
- 11.● Churros.
- 12.Material de inmersión:
- 13.● Aros.
- 14.● Picas.
- 15.● Material de lastre.
- 16.● Material de resistencia.

+ Información Gratis

- 17.● Colchonetas.
 - 18.● Otros.
 - 19.Bicicletas acuáticas.
 - 20.Steps
 - 21.Material de tonificación mediante flotación y lastre.
 - 22.Gomas elásticas.
 - 23.Funcionalidad:
 - 24.● Temperatura ambiente.
 - 25.● Temperatura agua.
 - 26.● Tipo de suelo.
 - 27.● Tipo de vaso.
 - 28.● Otras.
 - 29.Calendario de mantenimiento de las estructuras y n
 - 30.Proceso de mantenimiento preventivo, operativo y c
 - 31.● Los elementos metálicos.
 - 32.● Los elementos elásticos.
 - 33.● Los elementos plásticos.
 - 34.● Los elementos absorbentes - higiene de los mism
 - 35.Los elementos mecánicos: control del mantenimient
- UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIA**

+ Información Gratis

1. Proceso de instrucción-enseñanza en las actividades
2. ● Diversificación de niveles.
3. ● Análisis de la tarea.
4. ● Sistemas y canales de comunicación.
5. ● Modelos de interacción con el usuario.
6. ● Información inicial o de referencia.
7. ● Conocimiento de la ejecución y los resultados.
8. Estrategias de motivación hacia la ejecución.
9. Técnicas de enseñanza.
10. Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores
11. ● Ejercicios de tonificación, auto-carga y con impler
12. ● Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, ca del movimiento.
13. ● Actividades cíclicas o coordinadas para la mejora
14. Metodología específica de aprendizaje de secuencias
15. ● Modelo de las progresiones para la enseñanza de
16. ● Modelo libre.
17. ● Modelos coreografiados.
18. ● Modelos pre-coreografiados.
19. ● Modelos pre-diseñados.

+ Información Gratis

- 20.● Modelos complejos.
- 21.● Modelos avanzados.
- 22.● Nuevas tendencias.
- 23. Interpretación y concreción de las actividades y me
acuático.
- 24.● Aplicación práctica de actividades y medios de ev
- 25.● Periodicidad de los controles:
- 26.● Feedback al usuario. Tipos de feedback.
- 27.● Detección de errores y feedback suplementario de
- 28.● Evaluación del programa: evaluación del proceso
- 29.● Ajustes necesarios del programa.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MEDIDAS COMPLEMENTARIA

- 1. Ayudas psicológicas.
- 2. Ayudas ergogénicas: complementos dietéticos.
- 3. Ayudas fisiológicas.
- 4. Composición corporal, balance energético y control
- 5.● Ingesta calórica y dieta equilibrada - concepto de a
inmediatos - vitaminas y clasificación - minerales, agua
física - trastornos alimentarios.
- 6.● Ayudas nutricionales: reposición de agua, solucior

+ Información Gratis

ergogénicos para el rendimiento y la recuperación, otras

7.● Ayudas para controlar la composición corporal: dietas

8.Técnicas recuperadoras:

9.● Sauna y baños de vapor - procedimientos a seguir

10.● Masaje y técnicas hidrotermales - procedimientos

UNIDAD DIDÁCTICA 6. COLECTIVOS CON NECESIDADES DEPORTIVAS.

1.Discapacidad:

2.● Clasificaciones médico-deportivas: concepto, tipos

3.● Limitaciones de autonomía funcional: factores limitantes

4.Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contra el medio ambiente.

5.Organización y adaptación de recursos:

6.● Consideraciones básicas para la adaptación instalativa

7.● Barreras arquitectónicas y adaptación de las instalaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 7. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE LESIONES

1.Medidas de prevención de riesgos, de protección personal en instalaciones deportivas acuáticas:

2.● Riesgos característicos de las instalaciones, equipos e instalaciones deportivas acuáticas.

+ Información Gratis

- 3.● Evacuación preventiva y de emergencia en instala
- 4.● Legislación básica sobre seguridad y prevención.

+ Información Gratis