

LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO

Guía del Curso

Curso Online de Monitor de Aquagym: Práctico

Modalidad de realización del curso: [Online](#)

Titulación: [Diploma acreditativo con las horas del curso](#)

OBJETIVOS

Si desea conocer las técnicas para ser un monitor de aquagym profesional este es su momento, con el Curso Online de Monitor de Aquagym: Práctico podrá adquirir los conocimientos necesarios para realizar esta labor de la mejor forma posible. En la actualidad existe una gran oferta de actividades relacionadas con las actividades físicas y deportivas, tanto a nivel profesional como lúdico recreativo y sobre todo en el mundo del acuagym, por lo que es de suma importancia saber programar, dirigir e instruir actividades de acondicionamiento físico. Por ello con la realización de este Curso Online de Monitor de Aquagym: Práctico podrá especializarse en este tipo de actividad para enseñarla de manera totalmente independiente.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. MONITOR DE AQUAGYM: PRÁCTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ALGUNAS CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA MONITORES DE AQUAFITNESS

1. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza
2. El juego: un aprendizaje diferente

3. Aplicación a las actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO (II)

1. Introducción
2. Estiramientos pasivos o estáticos
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRUCTURA RÍTMICA EN AQUAFITNESS

1. Acentos o beats débiles y fuertes
2. Frases y series musicales
3. Adaptaciones del ritmo natural
4. Lagunas rítmicas
5. Velocidad ejecución - frecuencia (bits/minuto)

ANEXO I. 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 II. JUEGOS Y ACTIVIDADES ACUÁTICAS

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



C/ San Lorenzo 2 - 2
29001 Málaga



Tlf: 952 215 476
Fax: 951 987 941



www.academiaintegral.com.es
E-mail: info@academiaintegral.com.es