ACADEMIA INTEGRAL
CENTRO DE NUEVAS TECNOLOGIAS

LA FORMACIÓN ES LA CLAVE DEL ÉXITO

Guía del Curso

Curso Superior de Socorrismo Acuático

Modalidad de realización del curso: A distancia y Online

Titulación: Diploma acreditativo con las horas del curso

OBJETIVOS

Este Curso Superior de Socorrismo Acuático ofrece una formación oficial en principios de salvamento y socorrismo, dando a conocer la conducta P.A.S., la reanimación cardiopulmonar, socorrismo acuático, y la psicología aplicad al socorrismo, a nivel profesional.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL SOCORRISMO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. SOCORRISMO ACUÁTICO BÁSICO

1. Fundamentos
2. - Historia
3. - Datos estadísticos de interés
4. - Objetivos
5. - Posibilidades y límites
6. El perfil profesional del socorrista
7. - Definición
8. - Actitudes y aptitudes

9. - Competencias del socorrista
10. Recursos materiales de prevención de accidentes acuáticos
11. - Educativos
12. - Informativos
13. - Delimitadores
14. Recursos materiales de vigilancia
15. - Prismáticos y otros sistemas de visión
16. - Torres y sillas de vigilancia
17. Recursos materiales de comunicación
18. - Redes
19. - Radiotransmisores
20. - Telefonía
21. - Silbatos y otras señales acústicas
22. - Señales corporales y otras posibles
23. Recursos materiales auxiliares para el rescate
24. - Aletas
25. - Gafas y tubo de buceo
26. - Neoprenos
27. - Cuchillo
28. - Botella de aire comprimido
29. Recursos materiales de rescate individuales
30. - Percha de rescate
31. - Aro salvavidas
32. - Marpa
33. - Tubo de rescate
34. - Tabla de rescate
35. Recursos materiales de rescate de equipo
36. - Tirantes de rescate
37. - Embarcaciones de rescate
38. - Motos acuáticas de rescate
39. Recursos materiales de rescate alternativos o "de fortuna"
40. - En instalaciones acuáticas
41. - En espacios naturales acuáticos
42. Recursos materiales de primeros auxilios

43. - Contenidos mínimos en instrumental y medicamentos
44. - Botiquín de asistencia
45. Puesto de socorrismo
46. - Características y zonas
47. - Conservación y buen uso
48. - Dotación mínima de la enfermería
49. Recursos materiales de evacuación
50. - Accesos y espacios reservados
51. - Ambulancia
52. - Helicóptero
53. Recursos materiales de atención a personas en situación de discapacidad
54. - Accesos y espacios reservados
55. - Instalaciones adaptadas
56. - Sillas anfibias para el baño
57. - Otras ayudas técnicas

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERVENCIÓN EN EL SOCORRISMO ACUÁTICO

1. Características del agua y consideraciones relativas a ropa y calzado
2. - Características del agua
3. - Consideraciones relativas a la ropa y al calzado
4. Organización del salvamento y socorrismo
5. La percepción del problema: elementos esenciales en la percepción
6. El análisis de la situación
7. La toma de decisiones
8. Ejecución de las acciones de rescate

UNIDAD DIDÁCTICA 3. LEGISLACIÓN ESPECÍFICA Y RELACIONADA CON EL SOCORRISMO ACUÁTICO

1. Leyes y normativas relacionadas con la seguridad en espacios acuáticos naturales

2. - Derechos y deberes laborales del socorrista acuático
3. - Responsabilidad civil y penal del socorrista acuático
4. - Leyes y normativas relacionadas con la conservación de los espacios acuáticos naturales
5. - Leyes y normativas relacionadas con la accesibilidad en los espacios acuáticos naturales
6. Barreras arquitectónicas
7. - Legislación estatal y autonómica
8. - Las clases de barreras físicas
9. - Modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios acuáticos
10. - Factores y recursos de seguridad: cuestionarios de control. Protocolos de actuación y planes de emergencia
11. Organización del socorrismo en espacios naturales, recursos humanos y materiales
12. - Playas fluviales
13. - Embalses y lagos
14. - Ríos y riadas
15. - Playas de bandera azul

UNIDAD DIDÁCTICA 4. INSTALACIONES ACUÁTICAS

1. Tipos de instalaciones acuáticas y características
2. - Piscinas cubiertas
3. - Piscinas descubiertas
4. - Parques acuáticos
5. - Otros tipos de instalaciones acuáticas
6. Factores de riesgo en instalaciones acuáticas
7. - Número y tipo de zonas acuáticas
8. - Longitud y anchura
9. - Profundidad y pendiente
10. - Tipos de bordes y escaleras
11. - Temperatura
12. - Turbidez y visibilidad del agua
13. - Tipos de corcheras u otros materiales de separación de zonas

14. - Estructuras y tipos de suelo alrededor de las zonas acuáticas
15. Factores humanos
16. - Afluencia de usuarios
17. - Actividades recreativas o deportivas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES

1. Tipos de espacios y características
2. - Playas marítimas
3. - Playas fluviales
4. - Embalses y lagos
5. - Ríos, riadas y otros posibles
6. - Fauna y flora peligrosas
7. Factores atmosféricos
8. - Meteorología y climatología
9. - Elementos del clima
10. - Vientos y precipitaciones
11. - Las nubes
12. - Borrascas y anticiclones
13. - Tipos de climas
14. Factores de riesgo en espacios acuáticos naturales
15. - Mareas
16. - Oleaje
17. - Corrientes
18. - Orografía del terreno
19. - Temperatura
20. - Turbidez y visibilidad del agua
21. - Contaminación y otros posibles
22. - Profundidad y cambios bruscos de profundidad
23. Factores humanos
24. - Afluencia de usuarios
25. - Actividades recreativas o deportivas

UNIDAD DIDÁCTICA 6. GESTIÓN DE RECURSOS HUMANOS Y MATERIALES EN SOCORRISMO ACUÁTICO

1. Legislación específica relacionada con instalaciones acuáticas
2. - Leyes y normativas de carácter estatal y autonómico
3. - Barreras arquitectónicas y otros tipos de barreras físicas
4. - Modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios
5. Legislación específica relacionada con espacios acuáticos naturales
6. - Leyes y normativas relacionadas con la conservación de los espacios acuáticos naturales
7. - Leyes y normativas relacionadas con la accesibilidad en los espacios acuáticos naturales
8. Legislación relacionada con el socorrismo
9. - Aspectos ético-legales del socorrismo acuático
10. - Derechos y deberes laborales del socorrista acuático
11. - Responsabilidad civil y penal del socorrista acuático
12. Organización del servicio de socorrismo
13. - Factores de riesgo y cuestionarios de control
14. - Planificación de los recursos humanos y materiales
15. - Procedimientos y pautas de selección de recursos humanos
16. - Formas de contratación en un servicio de socorrismo
17. - Pruebas teóricas y prácticas en la selección de los profesionales del equipo de socorrismo
18. - Calendarios y cronogramas de trabajo
19. - Presentación de presupuestos y solicitud de subvenciones
20. - Pautas para el suministro de recursos materiales y consumibles
21. - Pautas para el mantenimiento de instalaciones y recursos materiales
22. - Planes de emergencia estatales, autonómicos y locales
23. - Protocolos de actuación ante catástrofes naturales y artificiales
24. - Protocolos de actuación ante accidentes de diversa consideración
25. Organización del servicio de socorrismo en función del espacio acuático
26. - Piscinas

27. - Parques Acuáticos
28. - Playas fluviales
29. - Playas en embalses y lagos
30. - Playas con Bandera Azul
31. Las nuevas tecnologías en la organización del servicio de socorrismo
32. Actividades lúdico-deportivas en instalaciones acuáticas
33. Actividades lúdico-deportivas en espacios acuáticos naturales

MÓDULO 2. DOMINIO DE TÉCNICAS DE NADO

UNIDAD DIDÁCTICA 7. ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO. EJECUCIÓN DE HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS

1. La respiración y las apneas
2. - Adaptación de la respiración a los movimientos dentro del agua
3. La flotación
4. - Flotaciones parciales con elementos auxiliares
5. - Flotaciones con ayuda
6. - Flotaciones globales con elementos auxiliares
7. - Flotaciones en apnea
8. - Flotaciones variando la posición del cuerpo
9. - Flotaciones variando el volumen pulmonar
10. La propulsión
11. - Propulsiones parciales con material auxiliar
12. - Propulsiones globales
13. - Propulsiones básicas basadas en los estilos de nado
14. La entrada al agua
15. - De pie
16. - De cabeza
17. Los giros en el agua
18. - En flotaciones
19. - En desplazamientos
20. - Sobre los tres ejes

UNIDAD DIDÁCTICA 8. DOMINIO DEL MEDIO ACUÁTICO. EJECUCIÓN DE HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS COMBINADAS

1. Desplazamientos
2. - Combinando las superficies propulsoras
3. - Realizando cambios de sentido y de dirección
4. - Nados alternos
5. - Nados simultáneos
6. - Combinando giros

UNIDAD DIDÁCTICA 9. DOMINIO DE LOS ESTILOS DE NADO

VENTRALES

1. El estilo crol, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica
2. - Posición del cuerpo
3. - Acción de los brazos
4. - Acción de las piernas
5. - Respiración
6. - Coordinación
7. El estilo braza, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica
8. - Posición del cuerpo
9. - Acción de los brazos
10. - Acción de las piernas
11. - Respiración
12. - Coordinación
13. El estilo mariposa, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica
14. - Posición del cuerpo
15. - Acción de los brazos
16. - Acción de las piernas
17. - Respiración
18. - Coordinación

UNIDAD DIDÁCTICA 10. DOMINIO DE LOS ESTILOS DE NADO DORSALES

1. El estilo espalda, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica
2. - Posición del cuerpo
3. - Acción de los brazos
4. - Acción de las piernas
5. - Respiración
6. - Coordinación

UNIDAD DIDÁCTICA 11. VIRAJES EN LAS COMPETICIONES DE

NATACIÓN

1. Virajes y ejes de giro, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica
2. - Flotación, desplazamientos y propulsión
3. - Virajes y ejes de giro en el agua
4. - Cambios de sentido y de dirección
5. - Tipos de giros según el estilo de nado
6. Fases en la ejecución de los virajes, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica
7. - Los virajes en el estilo crol
8. - Los virajes en los estilos mariposa y braza
9. - Virajes en el estilo espalda

UNIDAD DIDÁCTICA 12. APLICACIÓN PRÁCTICA DE LOS ESTILOS DE NADO

1. Para el desarrollo de la resistencia de nado requerida
2. - Las cualidades físicas básicas
3. - Definición y tipos de resistencia
4. - Factores que influyen en el desarrollo de la resistencia
5. - Métodos de entrenamiento de la resistencia
6. - Desarrollo y evolución de la resistencia
7. Para el desarrollo de la velocidad requerida
8. - Las cualidades físicas básicas
9. - Tipos de velocidad
10. - Factores que influyen en los diferentes tipos de velocidad
11. - Desarrollo y evolución de la velocidad

MÓDULO 3. TÉCNICAS DE SOCORRISMO EN EL MEDIO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 13. MANIOBRAS, TAREAS Y TÉCNICAS ESPECÍFICAS EN LOS DIFERENTES ESPACIOS ACUÁTICOS

1. Intervención del socorrista acuático desde embarcaciones acuáticas de rescate
2. - Técnicas de entrada al agua, aproximación, control, inmovilización, extracción y traslado del accidentado con lesión medular y politraumatizados
3. Líneas de seguridad, balizamientos y acotación de zonas
4. - Normas de seguridad para el uso de playas y de embarcaciones de recreo
5. - Consejos para la seguridad en el agua
6. - Significación de las banderas informativas
7. Coordinación con otros recursos

UNIDAD DIDÁCTICA 14. APLICACIÓN DE LAS TÉCNICAS DE ENTRADA AL AGUA Y DE APROXIMACIÓN AL ACCIDENTADO

1. Sin material
2. - Entrada al agua de pie
3. - Entrada al agua de cabeza
4. Con material
5. - Entrada al agua con material
6. - Aproximación al accidentado con material
7. Desde la orilla
8. Desde embarcaciones
9. La ropa en el salvamento
10. Los estilos de nado adaptados al salvamento en el medio natural
11. - El estilo crol y sus adaptaciones al salvamento en el medio natural
12. - El estilo braza y la patada de braza invertida para el salvamento en el medio natural
13. - El estilo de espalda y su adaptación al traslado de accidentados en el salvamento en el medio natural
14. - La patada de mariposa y sus aplicaciones al salvamento en el medio natural
15. - Estilo over

UNIDAD DIDÁCTICA 15. TÉCNICAS DE EXTRACCIÓN Y DE TRASLADOS DEL ACCIDENTADO

1. Técnicas de traslado de accidentados
2. - Sin material
3. - Con material
4. Técnicas de extracción del accidentado
5. - Sin material
6. - Con material

UNIDAD DIDÁCTICA 16. PREVENCIÓN DE ACCIDENTES Y SITUACIONES DE EMERGENCIA EN ESPACIOS ACUÁTICOS

1. Causas de accidentes y ahogamientos en espacios acuáticos
2. - En Instalaciones acuáticas

3. - En Espacios acuáticos naturales
4. Actividades de educación preventiva de accidentes acuáticos y ahogamientos
5. Prevención y seguridad en programas acuáticos diversos
6. Selección y organización de recursos materiales para la prevención
7. - Paneles informativos
8. - Banderas del estado del mar
9. - Megafonía
10. - Balizamientos y dispositivos de separación
11. - Señalización de zonas de peligro
12. - Recursos de vigilancia
13. Pautas de información y comunicación para la prevención
14. - Mensajes de megafonía para la prevención y la seguridad en los espacios acuáticos
15. - Habilidades de comunicación en la prevención
16. - Habilidades sociales
17. - Comunicación en situaciones conflictivas y resolución de conflictos

MÓDULO 4. PSICOLOGÍA APLICADA AL SOCORRISMO ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 17. HABILIDADES SOCIALES Y TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN PARA SOCORRISTAS

1. Habilidades sociales del socorrista
2. - Escucha activa. Errores de escucha
3. - Empatía
4. - Ayudar a pensar
5. - Objetivos de la comunicación
6. - Cumplimiento de normas
7. - Advertencia de situaciones de riesgo
8. - Resolución de conflictos
9. Técnicas de comunicación
10. - Modelos de estilos de comunicación
11. - Utilización del lenguaje oral y del escrito en la transmisión de mensajes
12. - Utilización del lenguaje icónico y del lenguaje audiovisual en la transmisión de

mensajes

13. - Comunicación aplicada a situaciones de prevención de riesgos
14. - Sistemas de comunicación interna y externa (radiotransmisores, teléfonos, silbatos u otros)
15. Fundamentos de psicología y sociología aplicados
16. - Bases de la personalidad
17. - Motivación
18. - Actitudes
19. - Características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación
20. - Características de personas con limitaciones de su autonomía personal
21. - Estrés en socorrismo acuático
22. - Ansiedad ante situaciones de emergencia
23. - Control de la activación: respiración y relajación
24. - Autoconfianza del socorrista acuático: estrategias de mejora
25. - Control de la atención: estilos, estrategias y técnicas de entrenamiento

UNIDAD DIDÁCTICA 18. ASPECTOS PSICOLÓGICOS EN LA FASE CRÍTICA DEL RESCATE

1. Conducta de la persona que cree ahogarse
2. Manejo de la situación
3. Técnicas de control de la ansiedad para el propio socorrista
4. - A nivel cognitivo
5. - A nivel fisiológico
6. - A nivel conductual

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

ACADEMIA INTEGRAL
CENTRO DE NUEVAS TECNOLOGIAS