



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

AFDA0310 Actividades de Natación

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

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

OBJETIVOS

Este curso se ajusta al itinerario formativo del Certificado de Profesionalidad AFDA0310 Actividades de natación, certificando el haber superado las distintas Unidades de Competencia en él incluidas, y va dirigido a la acreditación de las Competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral y de la formación no formal que permitirá al alumnado adquirir las habilidades profesionales necesarias para dirigir el aprendizaje y el acondicionamiento físico básico en actividades de natación, organizar y colaborar en competiciones no oficiales de nivel básico o social y eventos lúdico deportivos en el medio acuático, así como asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. MF0269_2 NATACIÓN

UNIDAD FORMATIVA 1. UF0907 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

UNIDAD FORMATIVA 2. UF0908 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

MÓDULO 2. MF1084_3 PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD FORMATIVA 1. UF1714 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 específica relativa a instalaciones acuáticas
2. Organización y estructura de las entidades que ofertan actividades de natación
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

UNIDAD FORMATIVA 2. UF1715 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 energetico

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 medico-deportivas:

UNIDAD DIDÁCTICA 6. PROGRAMACIÓN EN EL ÁMBITO DE LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN PARA DIFERENTES TIPOS DE USUARIOS

1. Fundamentos - Marco teórico
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

MÓDULO 3. MF1085_3 METODOLOGÍA E INSTRUCCIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD FORMATIVA 1. UF1716 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

UNIDAD FORMATIVA 2. UF1717 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 comunicación

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 materiales protésicos y ortésicos
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. Natación deportiva
2. Natación sincronizada
3. Waterpolo

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

1. Aspectos elementales de la evaluación
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. Confeción de memorias

MÓDULO 4. MF1086_3 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 ludico-recreativa . competición
3. Area de operaciones y servicios
4. Area de infraestructuras
5. Area de organización deportiva
6. Area de medios informativos
7. Area de relaciones publicas 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 ludico-recreativa
3. Elaboración del programa de control de la participación y desarrollo del evento y/o actividad ludica-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 ludico-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

MÓDULO 5. MF0272_2 PRIMEROS AUXILIOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE PRIMEROS AUXILIOS

1. Conceptos
2. Objetivos y límites de los Primeros Auxilios
3. Aspectos ético-legales en el primer interviniente
4. Actuación del primer interviniente
5. Anatomía y fisiología básicas para Primeros Auxilios
6. Técnicas de apoyo psicológico en Primeros Auxilios

UNIDAD DIDÁCTICA 2. RCP BÁSICA Y OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA POR CUERPO EXTRAÑO

1. La cadena de supervivencia
2. RCP básica
3. RCP básica en casos especiales

4. Obstrucción de vía aérea
5. Aplicación de oxígeno

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS Y MANIOBRAS DE LA PRIMERA ASISTENCIA AL ACCIDENTADO

1. El paciente traumático
2. Traumatismos en extremidades y partes blandas
3. Trastornos circulatorios
4. Lesiones producidas por calor o frío
5. Picaduras
6. Urgencias médicas
7. Intervención prehospitalaria en ahogamientos y lesionados medulares en el medio acuático
8. El botiquín de Primeros Auxilios y la enfermería

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASISTENCIA A VÍCTIMAS CON NECESIDADES ESPECIALES, EMERGENCIAS COLECTIVAS Y CATÁSTROFES

1. Víctimas con necesidades especiales
2. Sistemas de emergencia
3. Accidentes de tráfico
4. Emergencias colectivas y catástrofes

MÓDULO 6. MF0271_2 RESCATE DE ACCIDENTADOS EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BUCEO BÁSICO

1. Nociones físicas aplicadas al buceo
2. Buceo con equipo subacuático sencillo: aletas, gafas y tubo

3. Modificaciones de la visión

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERVENCIÓN EN EL SOCORRISMO ACUÁTICO

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

UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS DE RESCATE EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

1. De localización, puntos de referencia y composición de lugar
2. La utilización del material como medio auxiliar de rescate acuático
3. Técnicas de entradas al agua:
4. Técnicas de aproximación al accidentado
5. Técnicas de toma de contacto, control y valoración de la víctima
6. Técnicas de traslado de accidentados
7. Técnicas de extracción del accidentado
8. El accidentado con lesión medular o politraumatizado
9. La evacuación del accidentado
10. Técnicas de reanimación en el agua

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ESTRATEGIAS DE CONDUCTA, ASPECTOS PSICOLÓGICOS EN LA FASE CRÍTICA DEL RESCATE

1. Conducta de la persona que cree ahogarse
2. Actitudes y respuesta del socorrista

3. Manejo de la situación
4. Técnicas de control de la ansiedad para el propio socorrista:

UNIDAD DIDÁCTICA 5. COMUNICACIÓN APLICADA A SITUACIONES DE EMERGENCIA

1. Técnicas de comunicación verbal y no verbal
2. Habilidades sociales
3. Comunicación en situaciones conflictivas durante el rescate y resolución de conflictos



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