



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

MF1085_3 Metodología e Instrucción de 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 Módulo Formativo MF1085_3 Metodología e instrucción de 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 identificar y/o deducir los factores psicosociológicos que pueden incidir en la dinámica relacional y en la atención al cliente, dirigir sesiones de enseñanza y acondicionamiento físico en actividades de natación para diferentes tipos de usuarios, aplicando la correspondiente metodología, así como analizar y definir los movimientos característicos en natación y habilidades acuáticas relacionadas desde el punto de vista biomecánico.

CONTENIDOS

MÓDULO 1. METODOLOGÍA E INSTRUCCIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN

UNIDAD FORMATIVA 1. 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. 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 material protésico y ortésico
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 mecanica
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 Aerobica y Anaerobica 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. Confección de memorias



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