



**LA FORMACIÓN ES LA CLAVE
DEL ÉXITO**

Guía del Curso

Monitor de Natación Terapéutica

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

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

OBJETIVOS

La Natación Terapéutica, es entendida como aquellos programas de salud que se dirigen, por un lado a la compensación de las desviaciones de la columna vertebral, y por otro lado, a la compensación de enfermedades y lesiones que pueden aparecer en la etapa adulta, utilizando para ello desplazamientos acuáticos descritos en el marco de la natación educativa. A través de este curso el alumnado podrá adquirir las competencias profesionales necesarias para saber y poner en práctica algunas consideraciones pedagógicas para monitores de natación, conocer las diferentes lesiones y poder rehabilitarlas a través de la natación, crear actividades acuáticas educativas, conocer las diferentes técnicas básicas y estilos más utilizados en Natación, así como adquirir conocimientos con respecto a primeros auxilios y el salvamento acuático.

CONTENIDOS

UNIDAD DIDÁCTICA 1. HISTORIA DE LA NATACIÓN

1. Introducción
2. Resumen histórico de la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 2. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA

NATACIÓN

1. Introducción
2. Los aprendizajes en natación
3. Métodos de enseñanza
4. Estilos de enseñanza en actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ENFOQUES Y APLICACIONES DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Variables y condicionantes que inciden en un programa de actividades acuáticas
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

UNIDAD DIDÁCTICA 4. ALGUNAS CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA MONITORES DE NATACIÓN

1. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza
2. El juego: un aprendizaje diferente
3. Aplicación a las actividades acuáticas

UNIDAD DIDÁCTICA 5. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS DE NATACIÓN (CROL Y BRAZA)

1. El crol en la natación
2. La braza en la natación

UNIDAD DIDÁCTICA 6. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS (ESPALDA Y MARIPOSA)

1. La técnica del estilo espalda
2. Técnica del estilo mariposa

UNIDAD DIDÁCTICA 7. DEFECTOS MÁS COMUNES EN LOS CUATRO ESTILOS

1. Introducción
2. Observación
3. Cómo mejorar la técnica

UNIDAD DIDÁCTICA 8. INTRODUCCIÓN A LA NATACIÓN TERAPÉUTICA

1. Introducción
2. Tipos de ejercicios
3. Beneficios de la natación terapéutica
4. Actividades acuáticas terapéuticas
5. - Síndromes generales
6. - Síndromes cervico-escapulares
7. - Síndromes lumbo-pélvicos
8. - Síndromes específicos

UNIDAD DIDÁCTICA 9. NATACIÓN TERAPEUTICA I

1. Introducción
2. Valoración funcional de la columna vertebral

UNIDAD DIDÁCTICA 10. NATACIÓN TERAPÉUTICA II

1. La cifosis
2. La lordosis
3. La escoliosis
4. Ejercicios
5. Los niveles de ejecución

UNIDAD DIDÁCTICA 11. NATACIÓN TERAPÉUTICA III

1. Lumbalgia
2. - Causas de la lumbalgia según la edad
3. - Tipos de lumbalgia
4. Hernia discal lumbar
5. Ejercicios para lumbalgia y hernia discal lumbar
6. Hipercifosis dorsal
7. - Ejercicios

UNIDAD DIDÁCTICA 12. MÉTODOS DE RESCATE. SALVAMENTO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Técnicas específicas de salvamento acuático
3. El salvamento acuático en piscinas

ANEXO I. GUÍA PRÁCTICA PARA LA PROGRAMACIÓN DE CLASES DE NATACIÓN DE NIVEL I Y II

1. Curso de Natación Nivel I. Primer ciclo
2. Curso de Natación Nivel II. Primer ciclo

ANEXO II. 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 III: 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