

DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN

+

MONITOR DE AQUAGYM

INSTITUTODYN
DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD

DYM026

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



DESTINATARIOS

Este conjunto de materiales didácticos está dirigido a todas aquellas personas que pretendan adquirir conocimientos sobre sesiones de entrenamiento en actividades de natación, instrucción y dinamización de actividades de natación, técnicas básicas de natación y aquagym.

El alumno podrá ampliar sus conocimientos respecto la las sesiones de entrenamiento en actividades de natación, instrucción y dinamización de las mismas, así como conocerá la historia de la natación y su metodología de enseñanza, enfoques y aplicaciones de las actividades acuáticas, consideraciones pedagógicas a tener en cuenta, las técnicas básicas de los estilos y los defectos más comunes de dichos estilos, entre otros.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA
600H



MODALIDAD
A DISTANCIA / ONLINE
*Ambas modalidades incluyen
módulos con clases en directo



CURSO INICIAL
ONLINE



TUTORIAS
PERSONALIZADAS



IDIOMA
CASTELLANO



DURACIÓN
HASTA UN AÑO
*Prorrogable



IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2380€
VALOR ACTUAL: 595€

CERTIFICACIÓN OBTENIDA

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MASTER EN EN ACTIVIDADES DE NATACIÓN + MONITOR DE AQUAGYM**”, de INSTITUTO DYN, avalada por nuestra condición de socios de la CECAP, máxima institución española en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

REDES SOCIALES

- | | |
|---|---|
|  www.facebook.com/institutoDYN |  linkedin.com/school/institutodyn |
|  @instituto_dyn |  www.institutodyn.com |
|  www.twitter.com/institutodyn |  www.institutodyn.com/blog |

CONTENIDO FORMATIVO

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 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. Confección de memorias.

MÓDULO 2. MONITOR DE ACUAGYM

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. FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO

1. Introducción
2. Fitness en el medio acuático
3. Métodos y actividades según el concepto de fitness en el medio acuático de enseñanza

UNIDAD DIDÁCTICA 9. FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO (II)

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

UNIDAD DIDÁCTICA 10. 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