



DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO

DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO

Duración: 60 horas

Precio: euros

Modalidad: e-learning

Metodología:

El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line. El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose. En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo

El alumno dispondrá de un acceso a una plataforma de teleformación de última generación con un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de pruebas objetivas tipo test. Para el aprobado se exigirá un mínimo de 75% del total de las respuestas acertadas.

El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición la atención de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación si el curso es on line. Entre el material entregado en este curso se adjunta un documento llamado Guía del Alumno dónde aparece un horario de tutorías telefónicas y una dirección de e-mail dónde podrá enviar sus consultas, dudas y ejercicios El alumno cuenta con un período máximo de tiempo para la finalización del curso, que dependerá del tipo de curso elegido y de las horas del mismo.

Profesorado:

Nuestro Centro fundado en 1996 dispone de 1000 m2 dedicados a formación y de 7 campus virtuales.

Tenemos una extensa plantilla de profesores especializados en las diferentes áreas formativas con amplia experiencia docentes: Médicos, Diplomados/as en enfermería, Licenciados/as en psicología, Licenciados/as en odontología, Licenciados/as en Veterinaria, Especialistas en Administración de empresas, Economistas, Ingenieros en informática, Educadores/as sociales etc...

El alumno podrá contactar con los profesores y formular todo tipo de dudas y consultas de las siguientes formas:

- Por el aula virtual, si su curso es on line
- Por e-mail
- Por teléfono

Medios y materiales docentes

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación.

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.

Titulación:

Al finalizar el curso obtendrás un certificado de realización y aprovechamiento del curso según el siguiente modelo:



Requisitos previos:

No hay requisitos previos ni profesionales ni formativos

Salidas profesionales:

Esta formación está encaminada a obtener una mejor cualificación y competencia profesional.

Programa del curso:

UNIDAD DIDÁCTICA 1. BIOMECAÁNICA APLICADA A LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS.

1. Principios básicos de la biomecánica del movimiento:
2. ? Concepto y método biomecánico.
3. ? Objetivos y contenidos.
4. ? Nomenclatura, ejes y planos anatómicos del cuerpo humano.
5. Componentes de la Biomecánica:
6. ? Movimientos del cuerpo humano. Particularidades del movimiento mecánico del hombre.
7. ? Propiedades biomecánicas del músculo. Elementos pasivos y elementos activos del músculo. Husos neuromusculares. Tipos de fibras
8. ? Propiedades biomecánicas del tendón.
9. Los reflejos miotáticos-propioceptivos:
10. ? Inervación recíproca.
11. ? Receptores tendinosos - órgano de Golgi.

12. ? Efecto pliométrico: microroturas del tejido conectivo.
13. Análisis de los movimientos:
14. ? Sistemas de palancas en el cuerpo humano. Tipos de palancas e identificación en el aparato locomotor.
15. ? Sistema esquelético y Biomecánica articular: articulaciones principales.
16. ? Las cadenas musculares.
17. Biomecánica básica de los ejercicios con cargas externas:
18. ? Relación entre la fuerza y el movimiento.
19. ? Materiales, cargas y lesiones deportivas.
20. ? Indumentaria - material deportivo y prevención de lesiones.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PSICOLOGÍA SOCIAL Y SOCIOLOGÍA DEL OCIO Y LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS ACUÁTICO

1. Fundamentos de psicología y sociología.
2. Psicología social aplicada a las actividades físico-recreativas.
3. Superación de fobias en el medio acuático.
4. Desarrollo evolutivo:
5. ? Características de las distintas etapas en relación con la participación.
6. ? Bases de la personalidad.
7. ? Psicología del grupo.
8. ? Individuo y grupo.
9. ? Grupo de pertenencia y grupo de referencia.
10. ? Calidad de vida y desarrollo personal.
11. ? Necesidades personales y sociales.
12. ? Motivación.
13. ? Actitudes
14. - Sociología del ocio y la actividad físico-deportiva:
15. ? Socialización en el ámbito del fitness acuático.
16. ? Procesos de adaptación social
17. ? situaciones de inadaptación.
18. ? Necesidades personales y sociales.
19. ? La decisión inicial de participar en una actividad de fitness acuático.
20. ? Participación y orientación a las distintas actividades: la continuidad en la participación.
21. ? Calidad de vida y desarrollo personal.
22. Dinámica de grupos en el fitness acuático.
23. Dinámica relacional en el fitness acuático:
24. ? Relación con la empresa.
25. ? Trato y atención al cliente.
26. ? Interacción con otros técnicos.
27. ? El trabajo en equipo.
28. Fitness acuático y colectivos especiales:
29. ? Tipos de discapacidad asumibles en actividades de fitness acuático:
30. ? Adaptación al esfuerzo.
31. ? Contraindicaciones.
32. ? Factores limitantes del movimiento en función del:
33. ? tipo de discapacidad.
34. ? posibilidades de participación en actividades de fitness acuático.
35. Características psico-afectivas de personas con discapacidad:
36. ? Motoras.
37. ? Psíquicas.
38. ? Sensoriales.
39. Recursos de intervención en el ámbito del fitness acuático:
40. ? Orientaciones generales para la adaptación de medios y equipos.
41. ? Adaptación de juegos y actividades recreativas.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. MATERIALES Y EQUIPOS PARA LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS ACUÁTICO

1. Características de los espacios acuáticos.
2. ? Características del pavimento y de estructuras fijas.
3. ? Características y almacenaje en la sala de materiales móviles.
4. ? Disponibilidad de espacios horizontales lineales según la disposición del vaso, la profundidad, las pendientes etc.
5. ? Ubicación de los útiles de trabajo o materiales y espacios utilizados para su almacenaje en la piscina.
6. ? Anomalías estructurales o de almacenamiento.
7. - Medidas de seguridad básicas para el uso sin riesgos de los espacios estructurales y del material auxiliar.
8. Accesibilidad a los espacios y materiales de personas con alguna limitación de autonomía personal.
9. Inventario actualizado de materiales auxiliares.
10. Material acuático de flotación:
11. ? Cinturones.
12. ? Churros.
13. Material de inmersión:
14. ? Aros.
15. ? Picas.
16. ? Material de lastre.
17. ? Material de resistencia.
18. ? Colchonetas.

UNIDAD DIDÁCTICA 7. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL FITNESS ACUÁTICO.

1. Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental y de seguridad y de salud laboral en instalaciones deportivas acuáticas:
2. ~~Además~~ ^{Además} características de las instalaciones, equipos, máquinas y procedimientos operativos más comunes en las instalaciones deportivas
3. ? Evacuación preventiva y de emergencia en instalaciones deportivas acuáticas.
4. ? Legislación básica sobre seguridad y prevención.