



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

MF1664_3 Metodología y Práctica del Fitness Acuático





Elige aprender en la escuela
líder en formación online

ÍNDICE

1 | Somos
Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

4 | By EDUCA
EDTECH
Group

5 | Metodología
LXP

6 | Razones por
las que
elegir
Euroinnova

7 | Financiación
y Becas

8 | Métodos de
pago

9 | Programa
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

SOMOS EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiandes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminetemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de
19
años de
experiencia

Más de
300k
estudiantes
formados

Hasta un
98%
tasa
empleabilidad

Hasta un
100%
de financiación

Hasta un
50%
de los estudiantes
repite

Hasta un
25%
de estudiantes
internacionales

[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,
Elige Euroinnova



QS, sello de excelencia académica
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

RANKINGS DE EUROINNOVA

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

BY EDUCA EDTECH

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



ONLINE EDUCATION



Ver en la web

METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas
PROPIOS
UNIVERSITARIOS
OFICIALES

RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

3. Nuestra Metodología



100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
**FAMILIA
NUMEROSA**

20% Beca
**DIVERSIDAD
FUNCIONAL**

20% Beca
**PARA PROFESIONALES,
SANITARIOS,
COLEGIADOS/AS**



[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

MF1664_3 Metodología y Práctica del Fitness Acuático



DURACIÓN
190 horas



**MODALIDAD
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO
PERSONALIZADO**

Titulación

TITULACIÓN de haber superado la FORMACIÓN NO FORMAL que le Acredita las Unidades de Competencia recogidas en el Módulo Formativo MF1664_3 Metodología y Práctica del Fitness Acuático, regulada en el Real Decreto 1076/2012, de 13 de Julio, por el que se establece el Certificado de Profesionalidad AFDA0111 Fitness Acuático e Hidrocinesia. De acuerdo a la Instrucción de 22 de marzo de 2022, por la que se determinan los criterios de admisión de la formación aportada por las personas solicitantes de participación en el procedimiento de evaluación y acreditación de competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral o vías no formales de formación. EUROINNOVA FORMACIÓN S.L. es una entidad participante del fichero de entidades del Sepe, Ministerio de Trabajo y Economía Social.

Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas
expide el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Euroinnova International Online Education.
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX.
Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A

Firma del Alumno/a

NOMBRE DE AREA MANAGER

La Dirección Académica







Con Estatuto Consultivo, Categoría Superior del Consejo Económico y Social de la UNED (CCEP) (Plan: Resolución 1045)

Descripción

En el ámbito de ñas Actividades físicas y deportivas, es necesario conocer los diferentes campos del Fitness acuático e hidrocinesia, dentro del área profesional Actividades físico-deportivas recreativas. Así, con el presente curso se pretende aportar los conocimientos necesarios para la metodología y práctica del fitness acuático.

Objetivos

- Elaborar la programación específica de fitness acuático a partir de la programación general para asegurar el rendimiento del/de los espacio/s acuático/s utilizado/s.
- Elaborar programas para la mejora de la condición física, a través de actividades de fitness acuático, adaptados a las posibilidades e intereses de los usuarios, a los medios disponibles y a las necesidades detectadas en el análisis inicial.
- Supervisar la puesta a punto de instalaciones y medios asegurando su idoneidad, seguridad y uso.
- Dirigir la ejecución de las actividades de fitness acuático instruyendo en la realización de los movimientos conforme al encadenamiento aditivo que configuran las secuencias y/o coreografías utilizando la metodología establecida.
- Organizar y promover manifestaciones y eventos lúdico
- deportivos relacionados con el fitness acuático con el fin de promocionar este tipo de actividades y reforzar la motivación y fidelidad de los usuarios.
- Realizar la evaluación del proceso y los resultados de los programas de fitness acuático que se van alcanzando en forma de objetivos intermedios para valorar la adecuación y calidad del servicio y el grado de satisfacción de los usuarios.

A quién va dirigido

Este curso está dirigido a los profesionales del mundo de las Actividades Físicas y Deportivas, concretamente en Fitness acuático e hidrocinesia, dentro del área profesional Actividades físico-deportivas recreativas, y a todas aquellas personas interesadas en adquirir conocimientos relacionados con la metodología y práctica del fitness acuático.

Para qué te prepara

La presente formación se ajusta al itinerario formativo del Módulo Formativo MF1664_3 Metodología y Práctica del Fitness Acuático certificando el haber superado las distintas Unidades de Competencia en ella incluidas, y va dirigido a la acreditación de las Competencias profesionales adquiridas a través de la experiencia laboral y de la formación no formal, vía por la que va a optar a la obtención del correspondiente Certificado de Profesionalidad, a través de las respectivas convocatorias que vayan publicando las distintas Comunidades Autónomas, así como el propio Ministerio de Trabajo (Real Decreto 659/2023, de 18 de julio, que desarrolla la ordenación del Sistema de Formación Profesional y establece un procedimiento permanente para la acreditación de competencias profesionales adquiridas por experiencia laboral o formación no formal).

Salidas laborales

Su actividad se desarrolla en piscinas convencionales, piscinas naturales, parques acuáticos, centros SPA en: ayuntamientos, empresas de servicios deportivos, empresas de turismo activo, empresas turísticas, hoteles, camping, balnearios, campamentos, empresas de mantenimiento de infraestructuras y/o gestión deportiva, federaciones deportivas, clubes y asociaciones deportivo-recreativas y de ocio, gimnasios, comunidades de vecinos, centros educativos e instalaciones afines.

TEMARIO

MÓDULO 1. METODOLOGÍA Y PRÁCTICA DEL FITNESS ACUÁTICO

UNIDAD FORMATIVA 1. EVENTOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. EVENTOS CARACTERÍSTICOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Concepto y características y momento de aplicación de los distintos eventos en el ámbito del Fitness.
2. Clasificaciones y tipos de eventos:
 1. - Concursos.
 2. - Competiciones.
 3. - Exhibiciones.
 4. - Celebraciones.
 5. - Actividades y juegos de animación.
3. Criterios para el diseño de la ficha y del fichero de eventos en el ámbito del Fitness.
4. Adecuación de los distintos tipos de eventos las características del grupo (edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes, entre otros).
5. Espacio y tiempo de juego (posibilidades y tipos).
6. Objetivos y funciones de los distintos tipos de eventos.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. PLANIFICACIÓN DE EVENTOS, COMPETICIONES Y CONCURSOS EN FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Interpretación del programa y de las directrices de la entidad de referencia.
2. Analisis del contesto de intervencion:
 1. - Tipologia y caracter de la entidad.
 2. - Tipologia de los usuarios-clientes destinatarios.
3. Mercadotecnia deportivo-recreativa:
 1. - Estudio de viabilidad.
 2. - Propuesta de actividades especificas a entidades y particulares.
 3. - Organizacion y gestion de los recursos.
 4. - Procedimientos administrativos basicos.
 5. - Tecnicas de ofertas y difusion de eventos.
 6. - Acciones promocionales: instrumentos promocionales utilizados en el ambito del Fitness
- metodos de control de las acciones promocionales.
4. Diseno de la Planificacion de eventos en el ambito del Fitness:
 1. - Estructura anual de la Planificacion de eventos.
 2. - Integracion en la Programacion General de la Entidad.
 3. - Tipos de Planificaciones de eventos en el ambito del Fitness.
 4. - Planes alternativos.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ORGANIZACIÓN - DINAMIZACIÓN DE EVENTOS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS SECO Y ACUÁTICO.

1. Promocion e informacion:

1. - Objetivos de la promoción.
2. - Soportes comunes - Criterios de utilización.
3. - Valoración económica.
4. - Métodos de seguimiento y evaluación.
2. Circulación de personas y materiales.
3. Habilitación de instalaciones y recursos materiales.
4. Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del Fitness:
 1. - Estrategias y Técnicas de selección.
 2. - Estrategias y Técnicas de coordinación.
5. Dinamización de eventos en el ámbito del Fitness seco y acuático:
 1. - Los roles en las actividades recreativas: tipos y dinámica.
 2. - Funciones y fases de intervención del dinamizador de eventos en el ámbito del Fitness (antes, durante y después).
 3. - Estrategias y actitudes del técnico para animar y motivar en la interacción grupal.
 4. - La presentación de actividades en el desarrollo de eventos.
 5. - La representación-actuación.
6. Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación:
 1. - Metodología, Instrumentos y técnicas.
 2. - Observación y recogida de datos: registros y escalas.
 3. - Evaluación de la actividad: análisis de datos.
7. Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del Fitness:
 1. - Control de contingencias.
 2. - Medidas de intervención.

UNIDAD FORMATIVA 2. PROGRAMACIÓN EN FITNESS ACUÁTICO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. SALUD Y ACTIVIDAD FÍSICA - ADAPTACIONES FUNCIONALES PARA LA SALUD (FISIOLOGÍA DEL EJERCICIO).

1. Concepto de «Fitness».
2. Concepto de «wellness», evolución del “Fitness” al “wellness”.
3. Adaptación funcional - respuesta saludable a la actividad física:
4. □ Adaptación aguda y adaptación crónica.
5. □ Umbral de estimulación.
6. □ Síndrome general de Adaptación.
7. □ Supercompensación.
8. □ Repercusión orgánica: refuerzo de órganos y sistemas.
9. Metabolismo energético.
10. Adaptación cardiovascular
11. Adaptación del sistema respiratorio.
12. Hipertrofia-Hiperplasia.
13. Distensibilidad muscular: Límites-incremento adaptativo.
14. Adaptación del sistema nervioso y endocrino.
15. Fatiga y recuperación:
16. □ Fatiga post ejercicio: desgaste estructural y merma metabólica.
17. □ Recuperación post actividad física.
18. □ Fatiga crónica.

19. □ Sobreentrenamiento.
20. Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividad física.
21. Higiene corporal y postural.

UNIDAD DIDÁCTICA 2. FACTORES DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y MOTRIZ.

1. Condición Física-Capacidades Físicas.
2. Capacidades Físicas y Rendimiento Atlético (concepto tradicional):
3. □ Resistencia: Aeróbica-anaeróbica.
4. □ Fuerza: fuerza máxima-fuerza explosiva-potencia-fuerza resistencia.
5. □ Flexibilidad: movilidad articular-elasticidad muscular.
6. □ Velocidad: velocidad de desplazamiento-velocidad explosiva, rapidez segmentaria.
7. Condición Física en Fitness y fitness acuático-Componentes:
8. □ Resistencia: Aeróbica.
9. □ Fuerza resistencia.
10. □ Flexibilidad-Elasticidad muscular.
11. □ Composición corporal.
12. Capacidades coordinativas:
13. □ Habilidad motriz: Propiocepción-Equilibrio-Coordinación.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. DESARROLLO DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS EN FITNESS ACUÁTICO.

1. Principios generales del desarrollo de las capacidades condicionales:
2. □ Métodos generales para el desarrollo de las capacidades condicionales.
3. □ Métodos específicos para el desarrollo de las capacidades condicionales a través de actividades de fitness acuático.
4. El fitness acuático como sistema de acondicionamiento físico:
5. □ Historia de la gimnasia en el agua y su evolución hacia el concepto de fitness acuático: Tendencias actuales.
6. □ Efecto de las distintas modalidades y tendencias del fitness acuático sobre la mejora de la condición física y la salud.
7. □ Aplicación del «fitness acuático: resistencia muscular, resistencia cardiovascular, fuerza muscular y flexibilidad.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROGRAMACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO.

1. Fundamentos - marco teórico:
2. □ Uso óptimo de las instalaciones.
3. □ Utilización de recursos humanos y materiales.
4. □ Oferta de actividades necesarias e introducción de actividades de tendencias actuales.
5. Elementos de la programación.
6. □ Programación general.
7. □ Programación específica en cuanto a horarios, personal y medios.
8. □ Programación específica en cuanto a tipos de usuarios y actividades preferentes.
9. Teoría y práctica de las técnicas de programación en el ámbito del fitness acuático:
10. □ Edad escolar.
11. □ Adultos.
12. □ Mayores de 65 años.
13. □ Colectivos especiales; discapacitados, preparación física específica, embarazadas.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. PROGRAMAS ESPECÍFICOS DE ENTRENAMIENTO EN FITNESS ACUÁTICO.

1. Elaboración-progresión secuencial de cada tipo de actividad.
2. Programas cardiovasculares con aparatos y/o máquinas auxiliares para la mejora cardiovascular:
3. ☐ Bicicletas acuáticas.
4. ☐ Otras.
5. Programas cardiovasculares con actividades derivadas de modalidades con música cerrada y actividades derivadas de la danza.
6. Programas de tonificación o de intervalos.
7. Programas de propiocepción postural y dominio del movimiento, basadas en las gimnasias suaves y la recuperación funcional acuática.
8. La sesión de entrenamiento:
9. ☐ Calentamiento específico de cada actividad.
10. ☐ Núcleo principal: composición coreográfica simple o compleja, objetivos de rendimiento, adecuación a la tipología de actividad de fitness acuático.
11. ☐ Vuelta a la calma y estiramientos específicos a la tipología de actividad de fitness acuático.
12. Progresión coreografiada en la sesión de entrenamiento:
13. ☐ Integración rítmica de las tres partes de la sesión: calentamiento, núcleo principal y vuelta a la calma.
14. Recursos informáticos aplicados al fitness acuático.
15. ☐ Software específico de entrenamiento y elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física aplicados al fitness acuático.
16. ☐ Ofimática adaptada.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. EVALUACIÓN APLICADA AL FITNESS ACUÁTICO.

1. Fundamentos - marco teórico:
2. ☐ Objetivos parciales y globales.
3. ☐ Evaluación de los programas: calidad del servicio.
4. ☐ Evaluación del aprendizaje: dominio técnico, errores de la ejecución.
5. ☐ Evaluación del desarrollo de la condición física.
6. ☐ Proceso de la evaluación: fines y fases.
7. Ajustes necesarios del programa.
8. Elementos e instrumentos para la evaluación:
9. ☐ Herramientas de la observación, control y evaluación.
10. ☐ Herramientas de corrección de errores atendiendo a la evaluación.
11. ☐ Adaptación de las herramientas de evaluación a las personas con discapacidad.
12. ☐ Control de la participación y satisfacción del cliente.
13. ☐ Control básico del desarrollo de las sesiones.
14. ☐ Registro, tratamiento e interpretación de datos.
15. ☐ Elaboración de memorias.
16. Desarrollo de planillas, test, pruebas y cuestionarios de registro de datos:
17. ☐ Registro del grado de satisfacción.
18. ☐ Registro sobre la mejora de la condición física.
19. ☐ Registro de la mejora coordinativa y técnica.
20. Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de Programas de fitness acuático.

UNIDAD FORMATIVA 3. DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO

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 musculares, tipos de contracción muscular, biomecánica de la contracción muscular.
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. INTERACCIÓN RELACIONAL EN EL ÁMBITO DEL FITNESS ACUÁTICO. FUNDAMENTOS DE PSICOLOGÍA Y SOCIOLOGÍA APLICADOS AL OCIO Y A LAS ACTIVIDADES DE 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
 1. - Sociología del ocio y la actividad físico-deportiva:
14. □ Socialización en el ámbito del fitness acuático.
15. □ Procesos de adaptación social
16. □ situaciones de inadaptación.
17. □ Necesidades personales y sociales.
18. □ La decisión inicial de participar en una actividad de fitness acuático.

19. ☐ Participación y orientación a las distintas actividades: la continuidad en la participación.
20. ☐ Calidad de vida y desarrollo personal.
21. Dinámica de grupos en el fitness acuático.
22. Dinámica relacional en el fitness acuático:
23. ☐ Relación con la empresa.
24. ☐ Trato y atención al cliente.
25. ☐ Interacción con otros técnicos.
26. ☐ El trabajo en equipo.
27. Fitness acuático y colectivos especiales:
28. ☐ Tipos de discapacidad asumibles en actividades de fitness acuático:
29. ☐ Adaptación al esfuerzo.
30. ☐ Contraindicaciones.
31. ☐ Factores limitantes del movimiento en función del:
32. ☐ tipo de discapacidad.
33. ☐ posibilidades de participación en actividades de fitness acuático.
34. Características psico-afectivas de personas con discapacidad:
35. ☐ Motoras.
36. ☐ Psíquicas.
37. ☐ Sensoriales.
38. Recursos de intervención en el ámbito del fitness acuático:
39. ☐ Orientaciones generales para la adaptación de medios y equipos.
40. ☐ Adaptación de juegos y actividades recreativas.

UNIDAD DIDÁCTICA 3. INSTALACIONES, APARATOS Y ELEMENTOS PROPIOS DEL FITNESS ACUÁTICO. MANTENIMIENTO PREVENTIVO Y OPERATIVO

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.
 1. - Medidas de seguridad básicas para el uso sin riesgos de los espacios estructurales y del material auxiliar.
7. Accesibilidad a los espacios y materiales de personas con alguna limitación de autonomía personal.
8. Inventario actualizado de materiales auxiliares.
9. Material acuático de flotación:
10. ☐ Cinturones.
11. ☐ Churros.
12. Material de inmersión:
13. ☐ Aros.
14. ☐ Picas.
15. ☐ Material de lastre.
16. ☐ Material de resistencia.
17. ☐ Colchonetas.
18. ☐ Otros.

19. Bicicletas acuáticas.
20. Steps
21. Material de tonificación mediante flotación y lastre.
22. Gomas elásticas.
23. Funcionalidad:
24. ☐ Temperatura ambiente.
25. ☐ Temperatura agua.
26. ☐ Tipo de suelo.
27. ☐ Tipo de vaso.
28. ☐ Otras.
29. Calendario de mantenimiento de las estructuras y materiales auxiliares.
30. Proceso de mantenimiento preventivo, operativo y correctivo:
31. ☐ Los elementos metálicos.
32. ☐ Los elementos elásticos.
33. ☐ Los elementos plásticos.
34. ☐ Los elementos absorbentes - higiene de los mismos.
35. Los elementos mecánicos: control del mantenimiento correctivo a realizar por especialistas cualificados.

UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DE INSTRUCCIÓN EN EL FITNESS ACUÁTICO.

1. Proceso de instrucción-enseñanza en las actividades rítmicas:
2. ☐ Diversificación de niveles.
3. ☐ Análisis de la tarea.
4. ☐ Sistemas y canales de comunicación.
5. ☐ Modelos de interacción con el usuario.
6. ☐ Información inicial o de referencia.
7. ☐ Conocimiento de la ejecución y los resultados.
8. Estrategias de motivación hacia la ejecución.
9. Técnicas de enseñanza.
10. Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores de ejecución:
11. ☐ Ejercicios de tonificación, auto-carga y con implementos.
12. ☐ Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos, con material y de propiocepción postural y dominio del movimiento.
13. ☐ Actividades cíclicas o coordinadas para la mejora cardiovascular.
14. Metodología específica de aprendizaje de secuencias-composiciones coreográficas:
15. ☐ Modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas.
16. ☐ Modelo libre.
17. ☐ Modelos coreografiados.
18. ☐ Modelos pre-coreografiados.
19. ☐ Modelos pre-diseñados.
20. ☐ Modelos complejos.
21. ☐ Modelos avanzados.
22. ☐ Nuevas tendencias.
23. Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en fitness acuático.
24. ☐ Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de Programas de entrenamiento en fitness acuático.
25. ☐ Periodicidad de los controles:

26. ☐ Feedback al usuario. Tipos de feedback.
27. ☐ Detección de errores y feedback suplementario del técnico.
28. ☐ Evaluación del programa: evaluación del proceso y evaluación del resultado.
29. ☐ Ajustes necesarios del programa.

UNIDAD DIDÁCTICA 5. MEDIDAS COMPLEMENTARIAS AL PROGRAMA DEL FITNESS ACUÁTICO.

1. Ayudas psicológicas.
2. Ayudas ergogénicas: complementos dietéticos.
3. Ayudas fisiológicas.
4. Composición corporal, balance energético y control de peso:
5. ☐ Ingesta calórica y dieta equilibrada - concepto de alimentación versus concepto de nutrición - principios inmediatos - vitaminas y clasificación - minerales, agua - tablas y grupos de alimentos - equilibrio nutricional y actividad física - trastornos alimentarios.
6. ☐ Ayudas nutricionales: reposición de agua, soluciones electrolíticas, alimentos funcionales, suplementos ergogénicos para el rendimiento y la recuperación, otras.
7. ☐ Ayudas para controlar la composición corporal: dietas hipo e hiper calóricas, suplementos dietéticos.
8. Técnicas recuperadoras:
9. ☐ Sauna y baños de vapor - procedimientos a seguir - precauciones - contraindicaciones.
10. ☐ Masaje y técnicas hidrotermales - procedimientos a seguir - precauciones - contraindicaciones.

UNIDAD DIDÁCTICA 6. COLECTIVOS CON NECESIDADES ESPECIALES EN LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS.

1. Discapacidad:
2. ☐ Clasificaciones médico-deportivas: concepto, tipos y características.
3. ☐ Limitaciones de autonomía funcional: factores limitantes del movimiento en función del tipo de discapacidad.
4. Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.
5. Organización y adaptación de recursos:
6. ☐ Consideraciones básicas para la adaptación instalaciones y materiales.
7. ☐ Barreras arquitectónicas y adaptación de las instalaciones.

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. ☐ Riesgos característicos de las instalaciones, equipos, máquinas y procedimientos operativos más comunes en las instalaciones deportivas acuáticas.
3. ☐ Evacuación preventiva y de emergencia en instalaciones deportivas acuáticas.
4. ☐ Legislación básica sobre seguridad y prevención.

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos de contacto

España		+34 900 831 200	Argentina		54-(11)52391339
Bolivia		+591 50154035	Estados Unidos		1-(2)022220068
Chile		56-(2)25652888	Guatemala		+502 22681261
Colombia		+57 601 50885563	Mexico		+52-(55)11689600
Costa Rica		+506 40014497	Panamá		+507 8355891
Ecuador		+593 24016142	Perú		+51 1 17075761
El Salvador		+503 21130481	República Dominicana		+1 8299463963

!Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 formacion@euroinnova.com

 www.euroinnova.com

Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By
EDUCA EDTECH
Group