

DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA UNIDAD FORMATIVA

UNIDAD FORMATIVA	INSTRUCCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE ACTIVIDADES DE NATACIÓN	Duración	90
		Condicionada	
Código	UF1717		
Familia profesional	ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS		
Área Profesional	Actividades físicas y deportivas recreativas		
Certificado de profesionalidad	ACTIVIDADES DE NATACIÓN	Nivel	3
Módulo formativo	Metodología e instrucción de actividades de natación	Duración	150
Resto de unidades formativas que completan el módulo	Sesiones de entrenamiento en actividades de natación	Duración	60

Apartado A: REFERENTE DE COMPETENCIA

Esta unidad formativa se corresponde con la RP2, RP4 y RP5.

Apartado B: ESPECIFICACIÓN DE LAS CAPACIDADES Y CONTENIDOS

Capacidades y criterios de evaluación

C1: Identificar y/o deducir los factores psicosociológicos que pueden incidir en la dinámica relacional y en la atención al cliente.

- CE1.1 Enumerar las características de las etapas del desarrollo humano.
- CE1.2 Analizar y aplicar las bases psicológicas de la formación y el desarrollo de la personalidad al contacto con el cliente usuario.
- CE1.3 En supuestos prácticos, identificar signos y actitudes de emoción intensa y situaciones de crisis, proponiendo estrategias de actuación para potenciarlas o reconducirlas.
- CE1.4 Explicar las características comunes y peculiaridades psicológicas de determinados colectivos especiales.
- CE1.5 Especificar el tipo de relación que debe establecerse entre el técnico y el usuario cuando llega a la instalación en función de las características del mismo.
- CE1.6 Identificar el tipo de comunicación utilizado en diferentes mensajes y las estrategias empleadas para conseguir una buena comunicación.
- CE1.7 Describir los elementos y el funcionamiento del proceso de comunicación en el seno de los grupos, clasificando y caracterizando sus distintas etapas e identificando los obstáculos, barreras u otros elementos críticos que habitualmente lo dificultan.
- CE1.8 Identificar las características de las diferentes poblaciones en el ámbito psico-social.
- CE1.9 Indicar la importancia social del entrenamiento de la condición física en el ocio, la salud y la calidad de vida.

C2: Dirigir sesiones de enseñanza y acondicionamiento físico en actividades de natación para diferentes tipos de usuarios, aplicando la correspondiente metodología.

- CE2.1 Demostrar la forma de ejecución de los diferentes ejercicios, así como el uso y manejo de los aparatos y material tipo.
- CE2.2 Indicar la información que debe recibir el usuario sobre:
 - Uso y utilidad de los equipos y material de apoyo.
 - Requerimientos de indumentaria y complementos en función de los objetivos de la sesión.
 - Forma de realizar los diferentes ejercicios.
- CE2.3 Determinar las actitudes y los comportamientos a adoptar ante diferentes tipologías de usuario.
- CE2.4 Indicar las estrategias que se pueden utilizar para motivar a la persona y al grupo participante.
- CE2.5 Analizar los recursos que se pueden utilizar para dar soporte al proceso de instrucción-asimilación de los ejercicios y actividades del programa: demostración, ayuda visual, medios audiovisuales, descripciones, ayudas manuales y ayudas mecánicas.
- CE2.6 Indicar las dificultades de ejecución en los diferentes ejercicios y las estrategias para reducirlas, así como los errores de ejecución más frecuentes, sus causas y la manera de evitarlos y/o corregirlos.
- CE2.7 Indicar los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
- CE2.8 En diferentes situaciones simuladas de instrucción, entre otras:
 - Dar información clara y precisa sobre los objetivos y contenidos de la sesión, utilizando el tipo de lenguaje o en cada caso (verbal, gestual y otros).
 - Adoptar la posición respecto al usuario o del grupo que favorezca la comunicación.
 - Adoptar la actitud idónea que permita controlar y motivar la participación en el grado requerido.

- Observar las evoluciones de los participantes e informarles sobre sus progresos o errores.
- Utilizar los medios y soportes de refuerzo informativo.
- Reconocer las limitaciones y posibilidades de participación de cada usuario.
- Detectar los errores de ejecución y corregir movimientos o posturas erróneas, teniendo como referente el modelo biomecánicamente óptimo.
- Dar las indicaciones para corregir los errores.
- Proponer acciones para optimizar la motivación y fidelidad del cliente usuario.
- Identificar las dificultades que en la ejecución pueden tener los usuarios con discapacidad para prevenirlas y/o corregirlas.

CE2.9 En un supuesto práctico de ejercicios de suplantación de un perfil de usuario, participar de forma activa en programas específicos de enseñanza-acondicionamiento físico de actividades de natación para diferentes tipos de usuarios, previamente establecidos, vivenciando de forma reflexiva el efecto y la experiencia de participar en los mismos.

C3: Analizar y definir los movimientos característicos en natación y habilidades acuáticas relacionadas desde el punto de vista biomecánico y su implicación para la eficiencia de nado, así como su posible aplicación para el desarrollo de la condición física y los posibles procesos de adaptación que provocan en el organismo.

CE3.1 Relacionar los tipos de palancas y su participación en los movimientos del cuerpo humano.

CE3.2 Clasificar los principales movimientos del cuerpo humano en función de:

- Los planos y ejes del espacio.
- El tipo de contracción muscular.
- El tipo de fuerza que los produce.

CE3.3 Analizar los movimientos técnicos característicos de los cuatro estilos de natación, salidas, virajes y todas las habilidades acuáticas relacionadas, identificando los aspectos críticos para conseguir una eficiencia óptima de desplazamiento en el medio acuático.

CE3.4 Relacionar la dependencia que existe entre la eficiencia de desplazamiento en el medio acuático y principios elementales de la física relativos a la hidrodinámica, resistencia y flotabilidad y, por extensión, también con aspectos básicos de biotipología y composición corporal.

CE3.5 En diversos supuestos prácticos de observación de nadadores:

- Relacionar los diferentes tipos de fuerzas generados con los desplazamientos que producen o modifican, describiendo los mecanismos de acción que interviene.
- Descubrir los posibles errores de ejecución, tomando como referencia un modelo biomecánicamente correcto y proponer las acciones necesarias para corregirlos.

CE3.6 Describir la respuesta de los sistemas cardio-respiratorio, metabólico y muscular al desarrollo de resistencia aeróbica y anaeróbica, de fuerza, de flexibilidad y de velocidad dentro del agua.

CE3.7 Enumerar los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga en este tipo de actividades.

CE3.8 Enumerar las contraindicaciones absolutas y relativas en la práctica de las diferentes actividades acuáticas.

CE3.9 Interpretar símbolos y esquemas gráficos para representar movimientos y ejercicios tipo relacionados con la actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.

C4: Analizar y llevar a cabo el proceso de evaluación de la enseñanza-aprendizaje y del acondicionamiento físico en natación y actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.

CE4.1 Indicar los tipos de evaluación y los aspectos que se deben evaluar en enseñanza y en el acondicionamiento físico en natación y las habilidades acuáticas relacionadas.

CE4.2 Identificar los métodos de evaluación de los aprendizajes realizados en natación actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.

CE4.3 Ejecutar el proceso de evaluación de natación y de actividades de natación para diferentes tipos de usuarios, en programas desarrollados y debidamente caracterizados, simulando que los compañeros son usuarios, según las directrices dadas.

CE4.4 Dominar las técnicas estadísticas elementales que ayuden a la hora de procesar los resultados de la evaluación.

CE4.5 Interpretar los datos obtenidos para aplicarlos en la mejora de futuros programas.

Contenidos

1. Fundamentos de psicología y sociología aplicados al ocio y a las actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.

- Desarrollo evolutivo.
- Características de las distintas etapas en relación con la participación.
- Bases de la personalidad.
- Psicología de grupo.
- Individuo y grupo.
- Grupo de pertenencia y grupo de referencia.
- Calidad de vida y desarrollo personal.
- Necesidades personales y desarrollo personal.

- Motivación.
- Actitudes.
- Sociología del ocio y la actividad física deportiva.
- Procesos de adaptación social y situaciones de inadaptación.

2. Comunicación en las actividades de natación.

- Teoría de la comunicación.
- Comunicación interna.
- Comunicación externa.
- Proceso de comunicación:
 - Fases.
 - Barreras y elementos críticos que dificultan la comunicación.

3. Dirección e intervención en el ámbito de las actividades de natación para los diferentes tipos de usuarios.

- Teoría y fundamentos de la dirección y dinamización de actividades de natación:
 - La dirección-dinamización según las distintas tipologías de actividades de natación.
- Dirección y dinamización de actividades de natación para los diferentes tipos de usuarios:
 - Gestantes.
 - Matronatación.
 - Bebés.
 - Edad escolar.
 - Adultos.
 - Mayores de 65 años.
 - Colectivos de población especial.
 - Discapacitados: integración y normalización.
- Dinámica de grupos en las actividades de natación para diferentes tipos de usuarios:
 - Papel del técnico en el desarrollo adecuado de la actividad.
 - Procesos y metodología de intervención en las actividades de natación.
 - Modelos de animación.
 - Resolución de conflictos.
- Técnicas de comunicación en las actividades de natación:
 - Factores que favorecen la comunicación en las relaciones interpersonales.
 - Modelos, normas y estilos de comunicación.
 - Utilización del lenguaje en las actividades de natación: lenguaje icónico y audiovisual.

4. Normalización e integración de las personas con discapacidad en las actividades de natación.

- Los diferentes tipos de discapacidad:
 - Definición y características.
 - Clasificaciones médico-deportivas.
 - Características psico-afectivas: discapacidad motora; discapacidad psíquica; discapacidad sensorial.
- Adaptaciones generales de las personas con discapacidad a las actividades de natación:
 - Adaptación al esfuerzo.
 - Factores limitantes del movimiento.
 - Adaptación de las habilidades básicas y específicas de las actividades de natación a las diferentes capacidades.
 - Tests específicos y de valoración funcional adaptados a cada tipo de discapacidad.
- Consideraciones generales de mantenimiento de los material protésico y ortésico.
- Criterios para la organización de las actividades de natación adaptadas a las diferentes discapacidades:
 - Adaptación de la organización general de la actividad: profesor y grupo.
 - Adaptación de la metodología de instrucción y comunicación interpersonal.
 - Adaptación de los recursos materiales y soportes de refuerzo a la instrucción.
 - Adaptación de las actividades de enseñanza, juegos y recreativas.
- Normas básicas de seguridad e higiene en actividades de natación para personas con diferentes tipos de discapacidades.
- Organismos y entidades a nivel local, autonómico, nacional e internacional, relacionadas con las personas con discapacidad.

5. Fundamentos biomecánicos del movimiento humano aplicados a las actividades de natación.

- Conceptos básicos y enfoques de la biomecánica.
- Nociones elementales de la mecánica:
 - Magnitudes, unidades básicas y vectores.

- Cinemática del movimiento: Tipos de movimiento, magnitudes y ecuaciones del movimiento.
- Estática: Equilibrio mecánico y Resolución de un sistema de fuerzas.
- Dinámica: Leyes de Newton, impulso mecánico y cantidad de movimiento.
- Biomecánica de las técnicas acuáticas - Fuerzas en los desplazamientos acuáticos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones:
 - Planos corporales, ejes del cuerpo, puntos del cuerpo, definiciones de direcciones y sistemas de referencias.
 - Condiciones de equilibrio en flotación: flotación estática, flotación dinámica y flotación asistida.
 - Fuerzas de Resistencia al avance.
 - Fuerzas propulsivas generadas por los miembros superiores e inferiores.
 - Fuerzas aplicadas durante el impulso y movimientos en la fase aérea de los saltos.
 - Giros en el medio acuático: ejes de rotación, giros y combinaciones alrededor de uno o varios ejes.
 - La combinación de impulsos parciales y la transmisión de fuerzas en lanzamientos y recepciones.
- Nomenclatura, representación gráfica y simbología habitual para representar movimientos y ejercicios tipo.

6. Desarrollo de la condición física en el medio acuático.

- Teoría y bases del entrenamiento:
 - Concepto de acondicionamiento físico, forma física y rendimiento deportivo.
 - Principios generales del entrenamiento.
- Los sistemas de energía en natación:
 - El sistema anaeróbico de producción de energía: láctico y aláctico.
 - El sistema aeróbico de producción de energía.
- Desarrollo de la Resistencia Aeróbica y Anaeróbica en el medio acuático:
 - Objetivos.
 - Métodos y sistemas básicos de entrenamiento.
- Desarrollo de la Fuerza en el medio acuático:
 - Objetivos.
 - Manifestaciones de la Fuerza: Fuerza Máxima, Fuerza Velocidad y Fuerza Resistencia.
 - Métodos y sistemas básicos de entrenamiento.
- Desarrollo de la Velocidad:
 - Objetivos.
 - Tipologías y clasificación en función de diferentes factores.
 - Métodos y sistemas básicos de entrenamiento.
- Desarrollo de la Flexibilidad:
 - Objetivos.
 - Concepto de Movilidad Articular y Elasticidad Muscular.
 - Métodos y sistemas básicos de entrenamiento.
- Principios generales para la utilización de los diferentes sistemas adaptados a las necesidades de los diferentes tipos de usuarios.
- Criterios de adaptación de la metodología de entrenamiento, a los diferentes tipos de usuarios:
 - Edad escolar.
 - Jóvenes.
 - Mayores de 65 años.
 - Colectivos especiales.
 - Personas con discapacidad.

7. Teoría y práctica de las actividades de natación.

- Natación deportiva:
 - Descripción de las habilidades específicas de natación: los estilos de natación.
 - Salidas y virajes.
 - Errores más frecuentes en la ejecución de los estilos: ejercicios de corrección.
- Natación sincronizada:
 - Descripción de las habilidades específicas de natación sincronizada: posiciones básicas.
 - El apoyo musical: coreografías.
 - Errores más frecuentes en la ejecución de las diferentes posiciones: ejercicios de corrección.
- Waterpolo:
 - Descripción de las habilidades específicas de waterpolo: sin y con balón.
 - Desplazamientos y lanzamientos.
 - El portero de waterpolo.
 - Errores más frecuentes en la ejecución de las diferentes técnicas: ejercicios de corrección.

8. Evaluación operativa de programas de actividades de natación para diferentes tipos de usuarios.

- Aspectos elementales de la evaluación:
 - Objetivos.
 - Evaluación de programas.
 - Evaluación del aprendizaje.
 - Proceso de la evaluación.
 - Medidas correctoras atendiendo a la evaluación.
 - Herramientas de observación, control y evaluación.
- Control básico del desarrollo de la sesión.
- Control de la participación.
- Control de la contingencia y previsión de incidencias.
- Control del uso de la instalación, su equipamiento, equipos y materiales.
- Registro, tratamiento e interpretación de datos.
- Confección de memorias.

Apartado C: REQUISITOS Y CONDICIONES

Deberá cumplir alguno de los requisitos siguientes:

- Estar en posesión del título de Bachiller
- Estar en posesión de algún certificado de profesionalidad de nivel 3.
- Estar en posesión de un certificado de profesionalidad de nivel 2 de la misma familia y área profesional
- Cumplir el requisito académico de acceso a los ciclos formativos de grado superior o haber superado las correspondientes pruebas de acceso a ciclos de grado superior
- Tener superada la prueba de acceso a la universidad para mayores de 25 años y/o de 45 años
- Tener, de acuerdo con la normativa que se establezca, los conocimientos formativos o profesionales suficientes que permitan cursar con aprovechamiento la formación

En relación con las exigencias de los formadores o de las formadoras, instalaciones y equipamientos se atenderá las exigencias solicitadas para el propio certificado de profesionalidad.