



**OYC**  
oposiciones y cursos

Programa del curso profesional:

**Fitness Acuático e Hidrocinesia (Ajustado a  
Certificado de profesionalidad)**

[WWW.OPOSICIONESYCURSOS.ES](http://WWW.OPOSICIONESYCURSOS.ES)

## Metodología

El Curso será desarrollado con una metodología Semipresencial. El sistema está organizado ateniéndonos en todo momento a las necesidades del alumno 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 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 en las tutorías presenciales así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación.

## 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,
- Por e-mail
- Por teléfono

## Prácticas

Tenemos convenios de prácticas con las mejores empresas de cada sector y existe la posibilidad, siempre contando con la disponibilidad del alumno, de la realización de estas prácticas para afianzar sus conocimientos teóricos.



## **TEMARIO**

### **1. MÓDULO 1. MF0273\_3 VALORACIÓN DE LAS CAPACIDADES FÍSICAS**

#### **UNIDAD FORMATIVA 1. UF1703 APLICACIÓN DE TEST, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS PARA LA EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Fundamentos psicomotrices: esquema corporal, percepción espacial y percepción temporal:
2. Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación autónoma de los distintos tests:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERSONALIDAD, MOTIVACIONES E INTERESES EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Fundamentos y valoración en el ámbito del Fitness:
2. Bases de la personalidad:
3. Expectativas de beneficios en la práctica de actividades físicas.
4. Efectos psicológicos del Fitness sobre la salud.
5. Efectos sociales:
6. Desarrollo de capacidades psicosociales a través del Fitness:
7. Habilidades psicológicas susceptibles de desarrollo en el ámbito del Fitness:
8. Características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación.
9. Características psicoafectivas de personas pertenecientes a colectivos especiales:
10. Importancia del técnico especialista en actividad física para el bienestar social:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PRINCIPIOS GENERALES DE LOS TESTS, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS DE EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL.**

1. Conceptos de medida y evaluación.
2. Necesidad de evaluar la aptitud física.
3. Ámbitos de la evaluación de la aptitud física.
4. Dificultades para evaluar la aptitud física.
5. Requisitos de los test de la evaluación de la condición física:
6. Los test, pruebas y cuestionarios en función de la edad y el género.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. VALORACIÓN ANTROPOMÉTRICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Biotipología: clasificaciones:
2. Antropometría y cineantropometría.
3. Pruebas antropométricas en actividades físicas y deportivas:
4. Fundamentos de la valoración antropométrica de la composición corporal: Composición corporal y actividad física.
5. Modelos de composición corporal:
6. Composición corporal y salud:
7. Determinación de la composición corporal mediante los pliegues cutáneos:

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. PRUEBAS BIOLÓGICO-FUNCIONALES EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Fundamentos biológicos.
2. Recomendaciones de uso de pruebas biológico funcionales en el ámbito del Fitness.
3. Evaluación de la resistencia aeróbica:
4. Evaluación de la capacidad y la potencia anaeróbica:
5. Evaluación de la velocidad:
6. Evaluación de la Fuerza:
7. Evaluación de la movilidad articular:
8. Evaluación de la elasticidad muscular.

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 6. TESTS DE CAMPO PARA VALORAR LA CONDICIÓN FÍSICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Fundamentos biológicos.
2. Recomendaciones de uso de test de campo en el ámbito del Fitness.
3. Tests de campo para la determinación de la Resistencia aeróbica:
4. Tests de campo para la determinación de la Fuerza Resistencia:
5. Tests de campo para la determinación de la Flexibilidad. Elasticidad Muscular:



6. Análisis y comprobación de los resultados.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. VALORACIÓN POSTURAL EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Fundamentos anatómicos: relaciones segmentarias.
2. Alteraciones posturales más frecuentes:
3. Pruebas de análisis postural en el ámbito del Fitness:
4. Análisis y comprobación de los resultados.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. LA ENTREVISTA PERSONAL EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Cuestionarios de entrevista para la valoración inicial en Fitness:
2. Historial del cliente/usuario. Integración de datos anteriores:
3. Dinámica relacional entrevistador- entrevistado: Técnicas de entrevista personal:
4. Análisis de datos obtenidos.
5. La observación como técnica básica de evaluación:
6. Normativa vigente de protección de datos.
7. Criterios deontológicos profesionales de confidencialidad.

## **UNIDAD FORMATIVA 2. UF1704 TRATAMIENTO DE DATOS DE UNA BATERÍA DE TESTS, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS DE VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA, BIOLÓGICA Y MOTIVACIONAL**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNCIONES ORGÁNICAS Y FATIGA FÍSICA EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Aparato locomotor: el sistema óseo; el sistema muscular; el sistema articular.
2. Aparato respiratorio.
3. Aparato circulatorio: el corazón; la circulación; la sangre.
4. Sistema nervioso.
5. Metabolismo energético:
6. Concepto de fatiga.
7. Clasificaciones de la fatiga.
8. Lugares de aparición de la fatiga.
9. Mecanismos de fatiga:
10. Percepción de la fatiga/percepción de la recuperación.
11. Síndrome de sobreentrenamiento: diagnóstico, prevención y tratamiento.

12. Bases biológicas de la recuperación.
13. Medios y métodos de recuperación.
14. El equilibrio hídrico.
15. Suplementos y fármacos.
16. Termorregulación y ejercicio físico:
17. Diferencias de género.
18. El equilibrio hídrico: Rehidratación y ejercicio físico.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS.**

1. Aplicación del análisis de datos.
2. Modelos de análisis.
3. La interpretación de datos obtenidos en los distintos test, pruebas y cuestionarios:
4. Análisis diagnóstico para la elaboración de programas de entrenamiento:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TRATAMIENTO Y REGISTRO DE RESULTADOS EN LA APLICACIÓN DE TEST, PRUEBAS Y CUESTIONARIOS EN EL ÁMBITO DEL FITNESS.**

1. Estadística aplicada a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del Fitness:
2. Recursos informáticos aplicados a la valoración y registro de test, pruebas y cuestionarios en el ámbito del Fitness:
3. Integración y tratamiento de la información obtenida:
4. **MÓDULO 2. MF1663\_3 HABILIDADES Y SECUENCIAS DE FITNESS ACUÁTICO**

## **UNIDAD FORMATIVA 1. UF1691 DOMINIO TÉCNICO, INTERPRETACIÓN Y EJECUCIÓN DE SECUENCIAS Y COMPOSICIONES COREOGRÁFICAS EN FITNESS ACUÁTICO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. TÉCNICA Y ALINEACIÓN SEGMENTARIA EN EL FITNESS ACUÁTICO Y ACTIVIDADES AFINES**

1. Características del medio acuático, flotación, densidad, turbulencias.
2. La resistencia del medio acuático, de forma, de fricción, de olas.
3. Apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas.
4. Cambio del centro de gravedad con material auxiliar, profundidad corporal, posición corporal. Pautas e indicaciones.
5. Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos

6. Longitud del brazo de palanca y variación de la resistencia del agua

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. ESTRUCTURA RÍTMICA EN EL FITNESS ACUÁTICO, SUS VARIANTES Y ACTIVIDADES AFINES**

1. Acentos o beats débiles y fuertes.
2. Frases y series musicales.
3. Adaptaciones del ritmo natural.
4. Lagunas rítmicas.
5. Características del ritmo en función de la cota de profundidad acuática (aguas profundas y no profundas).
6. Velocidad ejecución-frecuencia (bits/minuto)

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. PASOS DEL FITNESS ACUÁTICO, SUS VARIANTES Y ACTIVIDADES AFINES.**

1. Ejecución técnica del fitness acuático básico y avanzado.
2. Modalidades y tendencias del fitness acuático en aguas profundas y no profundas: aqua-aerobic, aquagim, aqua-box, hip-hop acuático, aqua-running, aqua-bike, ritmos latinos, otras modalidades y tendencias que puedan existir y/o aparecer.
3. Actividades afines: gestos técnicos adaptados al medio acuático de diversas modalidades deportivas, gestos técnicos derivados del entorno de la danza, gestos técnicos y movimientos derivados de las gimnasias suaves.
4. Gestos técnicos utilizados en las clases de tonificación o intervalos: ejercicios utilizados para la tonificación de los grandes grupos musculares.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. COMBINACIONES COREOGRÁFICAS, ESTILOS Y MODALIDADES.**

1. Variaciones y combinaciones con los pasos y gestos técnicos básicos, propios del fitness acuático
2. - Estilos y modalidades.
3. Elementos coreográficos
4. Reproducción de secuencias y combinaciones coreográficas

## **UNIDAD FORMATIVA 2. UF1692 DISEÑO COREOGRÁFICO EN FITNESS ACUÁTICO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. MÚSICA EN EL FITNESS ACUÁTICO, SUS VARIANTES Y ACTIVIDADES AFINES**



1. Estilos musicales utilizados en fitness acuático:
2. Elaboración de composiciones musicales:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. COMPOSICIÓN DE COREOGRAFÍAS, ESTILOS Y MODALIDADES.**

1. - Variaciones y combinaciones con los pasos básicos:
2. - Estilos y modalidades.
3. - Elementos coreográficos:
4. - Metodología de la composición coreográfica:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA.**

1. Señalización verbal y no verbal.
2. Señalización visual previa.
3. Señalización interactiva.
4. Señalización fonética.
5. Sistema de Señalización Estándar.
6. Imágenes de enseñanza: Imagen espejo- imagen alumno-imagen híbrida.
7. Emplazamiento prioritario o adecuado: situación del profesor respecto a los usuarios al utilizar las estrategias de enseñanza.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. EL FITNESS ACUÁTICO COMO MEDIO DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO.**

1. Dimensión del fitness acuático como sistema de entrenamiento para la mejora de la condición física.
2. - Carga de entrenamiento (interacción volumen-intensidad).
3. Estructura de la sesión de entrenamiento:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. RECURSOS TÉCNICOS PARA LA ELABORACIÓN DE COREOGRAFÍAS. USO Y APLICACIÓN.**

1. Medios audio-visuales.
2. Medios informáticos: hardware y software específicos.
3. Representación gráfica y escrita: planillas estándar para la transcripción coreográfica con registro de número de cuentas, pierna líder, tren inferior (ejercicio o paso utilizado), desplazamiento, dirección y tren superior (patrón de brazos).
4. **MÓDULO 3. MF1664\_3 METODOLOGÍA Y PRÁCTICA DEL FITNESS ACUÁTICO**

## **UNIDAD FORMATIVA 1. UF1709 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:
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. Análisis del contexto de intervención:
3. Mercadotecnia deportivo-recreativa:
4. Diseño de la Planificación de eventos en el ámbito del Fitness:

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

1. Promoción e información:
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:
5. Dinamización de eventos en el ámbito del Fitness seco y acuático:
6. Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación:
7. Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del Fitness:

## **UNIDAD FORMATIVA 2. UF1693 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. Metabolismo energético.
5. Adaptación cardiovascular
6. Adaptación del sistema respiratorio.
7. Hipertrofia-Hiperplasia.
8. Distensibilidad muscular: Límites-incremento adaptativo.
9. Adaptación del sistema nervioso y endocrino.
10. Fatiga y recuperación
11. Contraindicaciones absolutas o relativas de/en la práctica de actividad física.
12. 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. Condición Física en Fitness y fitness acuático-Componentes
4. Capacidades coordinativas

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

1. Principios generales del desarrollo de las capacidades condicionales
2. El fitness acuático como sistema de acondicionamiento físico

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROGRAMACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO.**

1. Fundamentos - marco teórico
2. Elementos de la programación.
3. Teoría y práctica de las técnicas de programación en el ámbito del fitness acuático

## **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. Programas cardiovasculares con actividades derivadas de modalidades con música cerrada y actividades derivadas de la danza.
4. Programas de tonificación o de intervalos.
5. Programas de propiocepción postural y dominio del movimiento, basadas en las gimnasias suaves y la recuperación funcional acuática.
6. La sesión de entrenamiento
7. Progresión coreografiada en la sesión de entrenamiento:
8. Recursos informáticos aplicados al fitness acuático.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. EVALUACIÓN APLICADA AL FITNESS ACUÁTICO.**

1. Fundamentos - marco teórico:
2. Ajustes necesarios del programa.
3. Elementos e instrumentos para la evaluación
4. Desarrollo de planillas, test, pruebas y cuestionarios de registro de datos
5. Aplicación práctica de actividades y medios de evaluación de Programas de fitness acuático.

## **UNIDAD FORMATIVA 3. UF1694 DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN ACTIVIDADES DE FITNESS ACUÁTICO**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. BIOMECÁNICA APLICADA A LAS ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS.**

1. Principios básicos de la biomecánica del movimiento
2. Componentes de la Biomecánica
3. Los reflejos miotáticos-propioceptivos
4. Análisis de los movimientos
5. Biomecánica básica de los ejercicios con cargas externas

### **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. Sociología del ocio y la actividad físico-deportiva:
6. Dinámica de grupos en el fitness acuático.
7. Dinámica relacional en el fitness acuático
8. Fitness acuático y colectivos especiales
9. Características psico-afectivas de personas con discapacidad
10. Recursos de intervención en el ámbito del fitness acuático

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

1. Características de los espacios acuáticos.
2. Medidas de seguridad básicas para el uso sin riesgos de los espacios estructurales y del material auxiliar.
3. Accesibilidad a los espacios y materiales de personas con alguna limitación de autonomía personal.
4. Inventario actualizado de materiales auxiliares.
5. Material acuático de flotación
6. Material de inmersión
7. Bicicletas acuáticas.
8. Steps
9. Material de tonificación mediante flotación y lastre.
10. Gomas elásticas.
11. Funcionalidad
12. Calendario de mantenimiento de las estructuras y materiales auxiliares.
13. Proceso de mantenimiento preventivo, operativo y correctivo
14. 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. Estrategias de motivación hacia la ejecución.
3. Técnicas de enseñanza.
4. Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores de ejecución
5. Metodología específica de aprendizaje de secuencias-composiciones coreográficas

6. Interpretación y concreción de las actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en fitness acuático.

### **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. Técnicas recuperadoras

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

1. Discapacidad
2. Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.
3. Organización y adaptación de recursos:

### **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. **MÓDULO 4. MF1665\_3 HIDROCINESIA**

### **UNIDAD FORMATIVA 1. UF1695 DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. HIDROCINESIA, RECUPERACIÓN, MANTENIMIENTO Y MEJORA FUNCIONAL EN EL MEDIO ACUÁTICO**

1. Fundamentos biológicos en la recuperación y estabilización funcional en el agua.
2. Adaptación funcional y motricidad acuática.
3. Efectos de la desgravitación en el agua.
4. Concepto de salud.
5. Cuidado corporal a través del agua:
6. Agua como factor de facilitación.
7. Movimientos activos y pasivos en el medio acuático.
8. Gimnasia de la actitud postural en el medio acuático
9. Contraindicaciones de aplicación de las actividades acuáticas en la



recuperación/estabilización funcional.

10. Jerarquía de los protocolos de hidrocinesia:
11. Fundamentos de hidrocinesia:
12. Propiocepción, tonificación muscular, resistencia cardiovascular y flexibilidad a través de técnicas y actividades de hidrocinesia.
13. Fundamentos de psicología y sociología en hidrocinesia:
14. Tipologías de usuarios más frecuentes en actividades de hidrocinesia

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. DISFUNCIONES DEL APARATO LOCOMOTOR RECUPERABLES EN EL AGUA.**

1. Fisiología articular: tipos de articulaciones:
2. Cadenas musculares

## **UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO EN HIDROCINESIA**

1. Fuentes de información.
2. Interpretación de datos y resultados obtenidos a partir de:
3. Integración y tratamiento de la información obtenida
4. Recogida de datos e información
5. Análisis diagnóstico - orientaciones para la concreción de la Programación General

## **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISEÑO DE PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA:**

1. Tipologías de protocolos en función de:
2. Técnicas y aplicaciones:
3. Metodología de diseño de protocolos de hidrocinesia
4. Técnicas complementarias a los protocolos de hidrocinesia:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. ORGANIZACIÓN Y GESTIÓN DE ACTIVIDADES DE HIDROCINESIA:**

1. Fundamentos - Marco teórico
2. Asignación y gestión de recursos para el desarrollo de protocolos de hidrocinesia

## **UNIDAD FORMATIVA 2. UF1696 DIRECCIÓN Y DINAMIZACIÓN DE SESIONES DE HIDROCINESIA**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. INSTALACIONES Y RECURSOS EN HIDROCINESIA**

1. Criterios de clasificación de las instalaciones acuáticas.
2. El vaso/espacio acuático.
3. Normativa actual de construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
4. La accesibilidad en las instalaciones acuáticas: barreras arquitectónicas y medidas de adaptación de instalaciones.
5. Descripción de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
6. Sistemas de seguridad de los equipamientos y equipos que conforman las instalaciones acuáticas dedicadas a protocolos de hidrocinesia.
7. Plan de mantenimiento de las instalaciones acuáticas, sus equipamientos, equipos y materiales
8. Confort ambiental y medidas de ahorro.
9. Recursos y materiales específicos.
10. Recursos y materiales de apoyo complementario.
11. Conservación y mantenimiento.
12. Adaptación de espacios acuáticos convencionales.
13. Material acuático de flotación propio de la hidrocinesia
14. Material de inmersión propio de la hidrocinesia
15. Material de tonificación mediante flotación y lastre propio de la hidrocinesia.
16. Gomas elásticas a utilizar en los protocolos de hidrocinesia.
17. Otros materiales acuáticos y elementos propios de la hidrocinesia.
18. La comunicación en los protocolos de hidrocinesia:

## **UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTERVENCIÓN Y DINAMIZACIÓN EN HIDROCINESIA**

1. Adquisición y recuperación de las capacidades condicionales y coordinativas en hidrocinesia.
2. Condiciones de práctica en hidrocinesia.
3. Interpretación y comprobación de los datos del análisis diagnóstico en el desarrollo de las sesiones de hidrocinesia:
4. Estrategias metodológicas de aplicación e instrucción de los protocolos de hidrocinesia
5. La instrucción en actividades de hidrocinesia.
6. Aplicación de técnicas de naturaleza y uso habitual en hidrocinesia.
7. Organización de la sesión de hidrocinesia:
8. Control, dirección y dinamización en el desarrollo de actividades de hidrocinesia

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. EVALUACIÓN EN PROGRAMAS DE HIDROCINESIA:**

1. Procesos y periodicidad de la evaluación en relación al programa de referencia
2. Aspectos cuantitativos y cualitativos de la evaluación.
3. El diseño de los procesos de la evaluación
4. Evaluación del proceso, resultados y calidad del servicio.
5. Periodicidad de la evaluación.
6. Evaluación operativa de programas de actividades de hidrocinesia a diferentes tipos de usuarios.
7. Aspectos elementales de la evaluación operativa
8. Control básico del desarrollo de la sesión.
9. Control de la participación.
10. Control de la contingencia y previsión de incidencias.
11. Control del uso de la instalación, su equipamiento, equipos y materiales.
12. Registro, tratamiento e interpretación de datos.
13. Confección de memorias.
14. Control de la calidad del servicio.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA APLICADOS A LOS DISCAPACITADOS:**

1. Tipos de discapacidad
2. Metodología específica.
3. Determinación de objetivos según tipo de discapacidad.
4. Planificación de actividades acuáticas específicas o adaptadas según discapacidad.
5. Diseño de progresiones.
6. Dinamización de grupos adaptado a las diferentes discapacidades.
7. Interacción.
8. Evaluación.
9. Pautas específicas de intervención

### **UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA COMUNICACIÓN EN LOS PROTOCOLOS DE HIDROCINESIA:**

1. El proceso comunicativo.
2. La comunicación verbal
3. La comunicación no verbal

4. Uso de la relación espacial o cantidad de espacio entre los interlocutores.
5. Utilización de las imágenes y las metáforas como enseñanza.
6. Técnicas de contacto o toque.

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. SEGURIDAD Y PREVENCIÓN EN EL ÁMBITO DEL LA HIDROCINESIA**

1. Medidas de prevención de riesgos, de protección medioambiental, de seguridad y de salud laboral en instalaciones deportivas acuáticas específicas para hidrocinesia
2. **MÓDULO 5. MF0272\_2 PRIMEROS AUXILIOS**

### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. FUNDAMENTOS DE PRIMEROS AUXILIOS.**

1. Conceptos:
2. Objetivos y límites de los Primeros Auxilios.
3. Aspectos ético-legales en el primer interviniente:
4. Actuación del primer interviniente:
5. Anatomía y fisiología básicas para Primeros Auxilios:
6. Técnicas de apoyo psicológico en Primeros Auxilios:

### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. RCP BÁSICA Y OBSTRUCCIÓN DE LA VÍA AÉREA POR CUERPO EXTRAÑO.**

1. La cadena de supervivencia:
2. RCP básica:
3. RCP básica en casos especiales:
4. Obstrucción de vía aérea:
5. Aplicación de oxígeno.

### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. TÉCNICAS Y MANIOBRAS DE LA PRIMERA ASISTENCIA AL ACCIDENTADO.**

1. El paciente traumático:
2. Traumatismos en extremidades y partes blandas:
3. Trastornos circulatorios:
4. Lesiones producidas por calor o frío:
5. Picaduras:
6. Urgencias médicas:
7. Intervención prehospitalaria en ahogamientos y lesionados medulares en el medio acuático:

8. El botiquín de Primeros Auxilios y la enfermería:

**UNIDAD DIDÁCTICA 4. ASISTENCIA A VÍCTIMAS CON NECESIDADES ESPECIALES, EMERGENCIAS COLECTIVAS Y CATÁSTROFES.**

1. Víctimas con necesidades especiales:
2. Sistemas de emergencia:
3. Accidentes de tráfico:
4. Emergencias colectivas y catástrofes