



Manual de estudio

PARTE I: ANATOMÍA BÁSICA APLICADA A LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

- 1. Generalidades.**
- 2. Tronco, cuello y cabeza.**
- 3. Extremidad superior.**
- 4. Extremidad inferior.**
- 5. Sistema cardiorrespiratorio.**

PARTE II: ACTIVIDADES ACUÁTICAS Y LA NATACIÓN

- 6. Bases de las actividades acuáticas.**
 - La actividad acuática.
 - El agua como elemento.
 - La efectividad de los ejercicios acuáticos.
 - Mejoras fisiológicas de la actividad acuática.
 - Características de las actividades acuáticas.
 - El miedo al agua.
- 7. Preparación de los ejercicios acuáticos.**
 - Adecuación del ambiente.
 - Recomendaciones médicas.
 - Fases de un programa de ejercicios acuáticos.
 - Incremento progresivo de los ejercicios.
 - La importancia de la hidratación.
 - Materiales y vestuario.
 - Utilización de música
 - Consideraciones de seguridad
- 8. La edad y las actividades acuáticas.**
 - Niños y jóvenes.
 - Adultos.
 - Personas mayores.
- 9. Estilos y técnicas de natación.**
 - Mecánica de la respiración.
 - Estilo crol.
 - Estilo espalda.
 - Estilo braza.
 - Estilo mariposa.
 - Salidas y virajes.

PARTE III: INTRODUCCIÓN EVOLUTIVA DESDE EL NACIMIENTO HASTA LOS 6 AÑOS

- 10. El nacimiento en el agua.**
- 11. Entorno del niño de 0 a 6 años.**
 - Entorno familiar.
 - Entorno sanitario.
 - Entorno social.
 - Entorno escolar y de enseñanza.

- 12. Habilidades sociales y desarrollo del niño.**
 - Importancia de las habilidades sociales infantiles.
 - Definición de las habilidades sociales.
 - Periodos del desarrollo cognitivo.

PARTE IV: ACTIVIDADES ACUÁTICAS Y NATACIÓN PARA BEBÉS (0-3 AÑOS)

- 13. Entorno físico de las clases de bebés.**
 - Las condiciones personales del bebé.
 - El medio acuático.
 - La instalación.
 - El material.
 - Los padres.
 - Los monitores.
- 14. Teoría de las prácticas acuáticas del bebé.**
 - El niño y su cuerpo.
 - La relación de los padres con el bebé.
 - Interacción del bebé con el medio acuático.
 - Etapas de la actividad acuática del bebé.
 - Evolución de las capacidades del bebé en el agua
- 15. Metodología en las clases. Prácticas acuáticas.**
 - Prácticas fuertes.
 - Prácticas predeportivas.
 - Prácticas lúdicas y de relación.
 - Prácticas suaves.

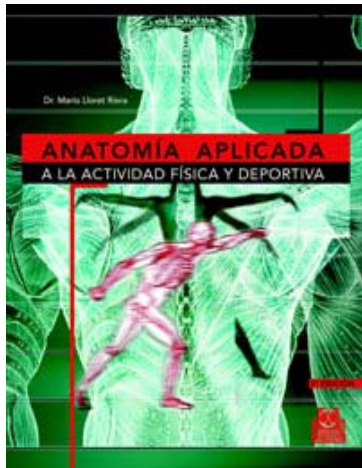
PARTE V: ACTIVIDADES ACUÁTICAS Y NATACIÓN EN EDAD INFANTIL (3-6 AÑOS)

- 16. Organización y división de grupos.**
 - Grupo de iniciación.
 - Grupo de adaptación.
 - Grupo de aprendizaje.
- 17. Objetivos de la natación infantil y pre-escolar.**
 - Objetivos generales.
 - Objetivos específicos de la natación infantil y pre-escolar.

PARTE VI: ANEXO

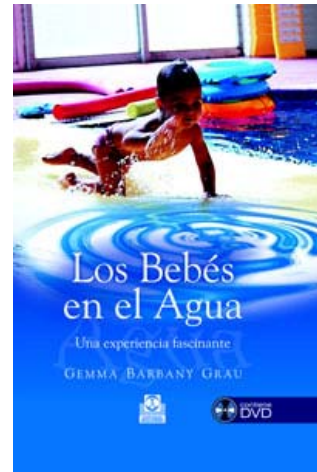
- 18. Masaje infantil.**
 - Definición de masaje infantil.
 - Beneficios del masaje infantil.
 - Masaje de Vimala Schneider.
- 19. Ficha de inscripción del alumno.**
- 20. Ficha de seguimiento del alumno.**
- 21. Ficha de control de objetivos.**
- 22. Bibliografía.**
- 23. Examen final.**

Material incluido en el curso



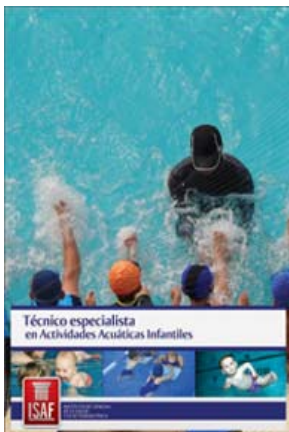
Libro: Anatomía aplicada a la actividad física y deportiva

El libro profundiza en el estudio de la anatomía humana considerando, además, la motricidad y el movimiento deportivo. Al principio de cada capítulo y de cada apartado se presentan unos esquemas que guían al análisis anatómico posterior. Comienza con generalidades que permiten familiarizarse con los primeros conceptos anatómicos e introducirse las globalidades óseas, articulares y musculares existentes en el estudio general de la anatomía. Se sigue con el análisis exhaustivo del tronco, miembro superior e inferior.



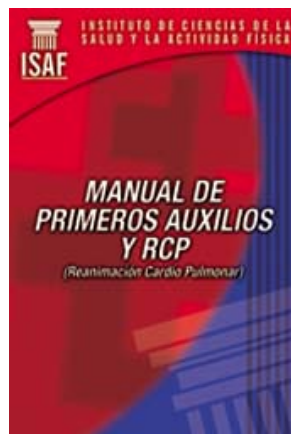
Libro: Los bebés en el agua

En el libro se analiza la vida intrauterina para abordar luego el mundo del neonato y así introducirlo en la actividad acuática. A continuación se divide el proceso de aprendizaje en cuatro niveles de desarrollo acuático con sus correspondientes objetivos y se presentan cinco ejemplos de sesión para cada uno de los niveles con orientaciones para la organización del trabajo y la elección de los objetivos a seguir.



Guía de trabajo

Permitirá al alumno mantener un claro orden durante el proceso de estudio, aprenderá los conceptos teóricos más importantes y la correcta aplicación a la práctica, lo que le posibilitará alcanzar un alto nivel técnico y completar el examen final con total seguridad.



Manual de primeros auxilios y RCP

Los primeros auxilios y la Reanimación Cardio-Pulmonar es una habilidad necesaria que todos los profesionales de la actividad física y la salud deben conocer, por esta razón el instituto ISAF, complementa cada curso de técnico especialista con el manual completo de primeros auxilios y RCP.



DVD 1 Los bebés en el agua



CD 1 Guía de trabajo y examen final

Tutoría

El Instituto ISAF le asistirá durante el curso todas las consultas que realice y serán contestadas por el tutor de cada especialidad.