

## ANNEX III

### I. IDENTIFICACIÓ DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

**Denominació:** ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** AFDA0310

**Família professional:** Activitats físiques i esportives

**Àrea professional:** Activitats fisicoesportives recreatives

**Nivell de qualificació professional:** 3

**Qualificació professional de referència:**

AFD341\_3 Activitats de natació (RD 1521/2007, de 16 de novembre; actualitzat per RD 146/2011, de 4 de febrer)

**Relació d'unitats de competència que configuren el certificat de professionalitat:**

UC0269\_2: Executar tècniques específiques de natació amb eficàcia i seguretat.

UC1084\_3: Programar activitats d'ensenyament i condicionament físic bàsic relatives a activitats de natació.

UC1085\_3: Dirigir l'aprenentatge i el condicionament físic bàsic en activitats de natació.

UC1086\_3: Organitzar i col·laborar en competicions no oficials de nivell bàsic o social i esdeveniments ludicoesportius en el medi aquàtic.

UC0272\_2: Assistir com a primer intervingent en cas d'accident o situació d'emergència.

UC0271\_2: Rescatar persones en cas d'accident o situació d'emergència en instal·lacions aquàtiques.

**Competència general:**

Programar, dirigir i dinamitzar els processos d'ensenyament-aprenentatge, de condicionament físic bàsic i competicions i petits esdeveniments relacionats amb activitats de natació adreçades a tot tipus de persones usuàries, amb un enfocament recreatiu i saludable, adaptant-los a les característiques de les i dels participants i de l'entorn, amb el nivell òptim de seguretat i qualitat que permeti aconseguir la satisfacció de la persona clienta/usuària en els límits del cost previst.

**Entorn professional:**

**Àmbit professional:**



Desenvolupa la seva activitat professional tant en l'àmbit públic, ja siguin administracions generals, autonòmiques o locals, com en entitats de caràcter privat, ja siguin grans, mitjanes o petites empreses que ofereixin serveis d'ensenyament, condicionament físic i organització de competicions i petits esdeveniments de natació i activitats aquàtiques per a tot tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, persones majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, entre altres). La seva activitat es desenvolupa en piscines convencionals, piscines naturals, parcs aquàtics, establiments termals en: ajuntaments, empreses de serveis esportius, empreses de turisme actiu, empreses turístiques, hotels, càmpings, balnearis, campaments, empreses de manteniment d'infraestructures i/o gestió esportiva, federacions esportives, clubs i associacions esportivorecreatives i de lleure, gimnasos, comunitats de veïns, centres educatius i instal·lacions afins.

Sectors productius:

Esport

Lleure i temps lliure

Turisme

Ocupacions o llocs de treball relacionats:

Professor/a de natació.

Coordinador/a d'activitats en instal·lacions aquàtiques d'empreses turístiques o entitats públiques i privades.

Tutor/a esportiu/iva en esdeveniments i competicions.

Animador/a de jornades de recreació aquàtica.

Cronometradors, jutges i àrbitres de competicions no oficials en natació.

Promotor/a esportiu/iva de natació i de competicions de nivell elemental o social i d'esdeveniments esportius de nivell bàsic.

**Requisits necessaris per a l'exercici professional:**

Els establerts segons la legislació vigent publicats en les normatives i decrets de cada una de les comunitats autònomes d'Espanya.

**Durada de la formació associada:** 750 hores

**Relació de mòduls formatius i d'unitats formatives:**

MF0269\_2 (Transversal): Natació (120 hores).

- UF0907: Habilitats i destreses bàsiques en el medi aquàtic (40 hores).
- UF0908: Tècniques específiques de natació en el medi aquàtic (80 hores).

MF1084\_3: Programació d'activitats de natació (130 hores).

- UF1714: Anàlisi diagnòstica i proves de nivell en activitats de natació (40 hores).
  - UF1715: Programació didàctica en activitats de natació (90 hores).
- MF1085\_3: Metodologia i instrucció d'activitats de natació (150 hores).
- UF1716: Sessions d'entrenament en activitats de natació (60 hores).
  - UF1717: Instrucció i dinamització d'activitats de natació (90 hores).
- MF1086\_3: Esdeveniments i competicions lúdiques en el medi aquàtic (60 hores).
- MF0272\_2 (Transversal): Primers auxilis (40 hores).
- MF0271\_2 (Transversal): Rescat de persones accidentades en instal·lacions aquàtiques (90 hores).
- MP0368: Mòdul de pràctiques professionals no laborals d'activitats de natació (160 hores).

## II. PERFIL PROFESSIONAL DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

### Unitat de competència 1

Denominació: EXECUTAR TÈCNiques ESPECÍFIQUES DE NATACIÓ AMB EFICÀCIA I SEGURETAT

Nivell: 2

Codi: UC0269\_2

### Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: Manejar les habilitats i destreses bàsiques en el medi aquàtic per dominar les accions aquàtiques.

CR1.1 Les diferents tècniques de capbussar-se s'utilitzen de forma eficaç, assolint un avenç significatiu i mantenint l'orientació en el medi aquàtic.

CR1.2 la immersió quan es requereix, es realitza amb la profunditat necessària per accedir al terra de qualsevol instal·lació aquàtica.

CR1.3 Les tècniques de flotació en el medi aquàtic s'utilitzen, alternant-les de forma fluida, permetent l'observació i orientació en l'entorn.

CR1.4 Els girs en els tres eixos dins del medi aquàtic es realitzen mantenint la flotació, l'orientació, i permetent l'observació de l'entorn.

RP2: Executar les tècniques específiques dels diferents estils de natació per realitzar intervencions amb seguretat i eficàcia adaptant-se a les condicions del medi.

CR2.1 El material i indumentària utilitzat és l'adequat per a les condicions del medi aquàtic; temperatura, piscina, condicions de les aigües, etc.

CR2.2 Les diferents formes de desplaçament en el medi aquàtic (estil crol, esquena, braça i les seves tècniques específiques), es realitzen ajustant-se als models, aconseguint fluïdesa i eficàcia.



CR2.3 Les diferents formes de desplaçament en el medi aquàtic (estil crol, esquena, braça i les seves tècniques específiques), s'adapten a l'ús de material auxiliar (aletes, pales, etc.).

CR2.4 La tècnica de respiració s'adapta a la forma de desplaçament emprat, al material auxiliar (aletes, pales, etc.), a l'esforç requerit i a les condicions del medi aquàtic.

RP3: Executar desplaçaments en el medi aquàtic amb nivells de velocitat i resistència adequats que assegurin l'eficiència de l'actuació en l'aigua.

CR3.1 La velocitat al nedar es manté constant durant el desplaçament a mitjana i llarga distància en el medi aquàtic, realitzant 200 metres en estil lliure, en un temps màxim de quatre minuts quinze segons.

CR3.2 L'eficàcia i la velocitat al nedar es mantenen durant el desplaçament en llarga distància, malgrat impediments tals com la vestimenta, material auxiliar, condicions al nedar...

CR3.3 L'eficàcia en el desplaçament i l'orientació en el medi aquàtic s'aconsegueixen i mantenen en situacions d'apnea prolongada ja sigui a la superfície o de forma submergida.

## Context professional

### Mitjans de producció

Instal·lació aquàtica. Materials específics: Banyador, gorra, vestits de neoprè, ulleres, etc. Materials de propulsió: aletes, pales, etc. Materials específics de l'aprenentatge i entrenament de la natació: Taules, pulsòmetre, cronòmetre, etc.

### Productes i resultats

Domini del medi aquàtic amb els diferents estils de natació complets. Domini tècnic de formes específiques de desplaçament: Cop de peu de braça, cop de peu de papallona i braços d'esquena. Natació en apnea. Resistència mentre es neda. Resistència en la intervenció. Velocitat en el desplaçament en el medi aquàtic. Economia en el desplaçament en el medi aquàtic.

### Informació utilitzada o generada

Manuais d'entrenament. Manuais de natació. Visionat de models tècnics. Revistes i llibres especialitzats.

## Unitat de competència 2

**Denominació:** PROGRAMAR ACTIVITATS D'ENSENYAMENT I CONDICIONAMENT FÍSIC BÀSIC RELATIVES A ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Nivell:** 3

**Codi:** UC1084\_3

### Realitzacions professionals i criteris de realització



RP1: Realitzar l'anàlisi diagnòstica de la realitat per desenvolupar, optimitzar i ajustar el programa d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre d'altres).

CR1.1 La documentació per elaborar la programació es busca, recopila i se selecciona, utilitzant les tècniques més adequades.

CR1.2 La programació general de l'entitat, en cas d'existir, s'interpreta identificant les directrius expressades en aquesta per a l'elaboració de la programació específica.

CR1.3 Les característiques de les persones usuàries es determinen, identificant mitjançant les tècniques apropiades i de forma diferenciada:

- El seu nivell de desenvolupament motor.
- El seu nivell de destresa aquàtica.
- El seu nivell de condició física.
- El seu nivell de condició biològica.
- Els seus interessos i motivacions.
- El seu grau d'autonomia personal, especialment si presenten alguna discapacitat.

CR1.4 Els recursos humans, disposició horària, instal·lacions i mitjans s'analitzen definint les seves possibilitats, límits i riscos per al desenvolupament de l'activitat.

CR1.5 La informació obtinguda es processa especificant de forma jerarquitzada les referències clau per al desenvolupament de la resta dels instruments programàtics.

CR1.6 Els resultats de l'anàlisi diagnòstica es registren en un suport físic fàcil d'usar i que permeti una òptima aplicació funcional d'aquests.

RP2: Definir i, en el seu cas, reorientar els objectius d'ensenyament i de condicionament físic del programa per satisfer les necessitats i expectatives de les persones usuàries-clientes destinatàries de dit programa, conforme al caràcter recreatiu de les activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries de forma específica.

CR2.1 La informació obtinguda inicial i periòdicament en l'anàlisi diagnòstica s'utilitza com a premissa en la determinació, seqüenciació, ajust i/o redefinició dels objectius a assolir per la persona usuària.

CR2.2 Els objectius del programa i els de cadascuna de les sessions són realistes i permeten:

- Donar resposta als interessos de la persona usuària tenint en compte les seves necessitats i possibles limitacions.
- Orientar el programa cap al desenvolupament integral de la persona pensant en la seva salut i qualitat de vida.

CR2.3 Els objectius d'ensenyament i de condicionament físic es discriminen i diferencien clarament però establint una relació d'interdependència que permeti, segons necessitats, integrar-los de forma polaritzada:

- Cap al rendiment físic (quan l'excel·lència tècnica estigui al servei del condicionament físic).
- Cap a l'ensenyament-aprenentatge (quan el desenvolupament de les capacitats físiques bàsiques i específiques s'utilitzin com un instrument de facilitació per a l'aprenentatge dels estils, sortides i viratges en natació).

CR2.4 Les prioritats i la seqüència temporal dels objectius es reflecteixen en el programa d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries de forma específica.

RP3: Seleccionar les activitats d'ensenyament i de condicionament físic i establir-ne la temporalització.

CR3.1 Les activitats d'ensenyament i els sistemes d'entrenament es trien tenint en compte els objectius proposats en les diferents activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CR3.2 Les activitats, tasques i exercicis se seleccionen i/o dissenyen de manera que:

- Siguin compatibles amb les característiques psicossomàtiques de la persona usuària.
- S'adeqüin a les seves necessitats i expectatives.
- No suposin cap risc per ser, en el seu cas, congruents i adaptades a les possibles prescripcions mèdiques i/o possibles discapacitats de la persona.
- Siguin significatives per a les usuàries i usuaris i promoguin la seva satisfacció.
- Es puguin realitzar a les instal·lacions, en el temps programat i amb els mitjans materials disponibles.
- Es minimitzin les possibilitats de risc, realitzant-se en unes condicions de màxima seguretat.

CR3.3 La dificultat objectiva de la tasca s'identifica establint les diferents progressions a partir de les possibilitats d'assimilació, la motivació i la capacitat d'evolució personal de la persona usuària.

CR3.4 La distribució cronològica de les activitats es detalla en cada sessió tenint en compte aspectes relatius a:

- El temps per a la consecució dels objectius.
- L'efecte acumulatiu que està previst obtenir per la interacció adaptativa produïda en cada una de les sessions segons el principi de supercompensació (volum-intensitat-freqüència).
- La freqüència mínima que garanteixi una retenció i/o evolució significativa en l'aprenentatge.

CR3.5 Les activitats alternatives es preveuen per donar solució a possibles contingències en relació amb les persones, recursos i el mitjà.

RP4: Determinar la metodologia didàctica i de condicionament físic més adequades per assolir els objectius previstos, en funció de les característiques de les persones usuàries i de la disposició de mitjans i materials.

CR4.1 Els criteris d'afinitat en l'àmbit motor, motivacional i relacional s'utilitzen per distribuir els usuaris i usuàries en els diferents trams horaris en els quals es desenvolupen les activitats de la instal·lació aquàtica, estructurant els grups de la forma més homogènia possible i respectant les proporcions més adequades alumnes/professor.

CR4.2 Les pautes metodològiques per al desenvolupament de les diferents tasques i/o activitats es determinen comprovant que:

- Estan contrastades i són coherents amb els principis didàctics de l'ensenyament de la natació i/o de l'entrenament esportiu recreatiu.
- Faciliten la consecució dels objectius previstos.
- S'adeqüen a la naturalesa dels continguts.



- S'adeqüen a la disposició de mitjans i recursos.
- S'adeqüen a les característiques del grup, de les diferents persones usuàries que el componen i al seu grau d'autonomia personal.
- Permeten solucionar les possibles contingències en relació amb les persones, mitjans i recursos.
- Permeten optimitzar espais i temps disponibles.

CR4.3 Les pautes per a l'optimització de les relacions interpersonals es plantegen i inclouen en la programació.

CR4.4 Les estratègies per assegurar la integració de les i dels participants amb discapacitat es preveuen i registren en la programació específica perquè serveixin de referència durant el desenvolupament de les sessions.

RP5: Determinar la metodologia d'avaluació del procés i els resultats que es van assolint en forma d'objectius intermedis i globals per valorar, en el seu moment, la qualitat del servei.

CR5.1 L'avaluació del progrés en l'aprenentatge tècnic i l'evolució en rendiment físic s'estableixen de manera que permeti discriminar aspectes relatius a:

- La millora de nivell en el domini tècnic dels estils de natació, sortides i viratges.
- La identificació dels errors d'execució tècnica i les seves causes.
- La millora global de la condició física i possibles manques en les capacitats físiques més relacionades amb la salut.
- L'adequació de mètodes i estratègies tant d'ensenyament-aprenentatge com d'entrenament i millora de la condició física.

CR5.2 La instal·lació, mitjans, prestacions, horaris i l'optimització de temps, espais i recursos es valoren com a indicadors fiables a considerar en la determinació global de la qualitat del servei.

CR5.3 Els instruments, materials i tècniques per al seguiment i avaluació es trien en congruència amb allò estipulat a la programació i permeten obtenir una informació objectiva sobre el procés i els resultats, especialment pel que fa al grau de satisfacció de les persones usuàries.

CR5.4 La seqüència temporal d'avaluació es determina concretant les tècniques, instruments i finalitats per a cada ocasió.

CR5.5 La forma d'avaluar el procés i el resultat de les sessions en què participen persones amb discapacitat es preveu fent, en el seu cas, les adaptacions necessàries als instruments i les tècniques habituals.

CR5.6 La informació obtinguda periòdicament a través de l'anàlisi diagnòstica s'utilitza com un indicatiu fiable més per a l'avaluació del procés, resultats i grau de satisfacció de la persona usuària.

RP6: Documentar la programació i gestionar, al seu nivell, els mitjans, recursos i materials per al seu desenvolupament.



CR6.1 Els elements que configuren la programació de natació s'expressen i es registren de forma estructurada en suport o suports físics per a la seva consulta i utilització per les tècniques i pels tècnics i operaris implicats en dita programació.

CR6.2 Les despeses es calculen i s'ajusten al pressupost disponible i, en el seu cas, es justifica i gestiona la derrama ocasionada.

CR6.3 Les gestions relatives a contractació de serveis, instal·lacions i permisos entre altres es realitzen amb la suficient anticipació perquè permetin el desenvolupament del programa.

CR6.4 Els mitjans i materials es concreten i, en el seu cas, es gestiona la seva adquisició, en funció de la disposició de dits materials, dels objectius definits, dels continguts seleccionats, de les estratègies didàctico-metodològiques previstes i del procés d'avaluació.

CR6.5 Els recursos humans i l'estructura funcional per al desenvolupament del programa es determinen optimitzant i racionalitzant els mitjans i recursos disponibles.

CR6.6 Les barreres arquitectòniques i necessitats d'adaptació de les instal·lacions al vas, accessos, sales, vestuaris, dutxes, lavabos, entre altres, es detecten i es proposen alternatives per optimitzar les possibilitats d'autonomia en les persones amb discapacitat.

CR6.7 El procés de manteniment preventiu es concreta, descrivint qui, com i amb quina freqüència s'ha de realitzar per assegurar el funcionament dels elements de la instal·lació aquàtica que afectin el programa, de manera que es redueixi al màxim el risc d'accidents i/o situacions perilloses.

CR6.8 La promoció del programa es realitza utilitzant els canals, mitjans i suports que en permetin la difusió entre els agents i col·lectius afectats.

## Context professional

### Mitjans de producció

Equips informàtics amb programari específic d'aplicació (periodització del condicionament físic i de l'ensenyament, programació, agenda, cronogrames). Sistemes de protecció de dades. Mitjans i equips d'oficina.

### Productes i resultats

Programa d'ensenyament d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre altres). Plans de millora de la condició física utilitzant els diferents estils i proves combinades. Progressions didàctiques d'ensenyament i perfeccionament tècnic. Sessions registrades en diferents suports. Adaptació dels sistemes de condicionament físic als objectius fixats. Procediments d'avaluació del procés i dels resultats: fitxes o qüestionaris d'avaluació, llistes de control, butlletes d'estat, qüestionaris, altres.

### Informació utilitzada o generada

Programari de consulta. Documentació tècnica d'equips i materials. Bibliografia especialitzada. Legislació bàsica, documents oficials. Mitjans i equips d'oficina.



### Unitat de competència 3

**Denominació:** DIRIGIR L'APRENTATGE I EL CONDICIONAMENT FÍSIC BÀSIC EN ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Nivell:** 3

**Codi:** UC1085\_3

#### Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: Assegurar la disponibilitat i idoneïtat de la instal·lació i dels mitjans materials per realitzar les activitats d'acord amb el programa i en condicions de màxima seguretat, comprovant els valors dels paràmetres d'ús.

CR1.1 Les gestions per a l'ús puntual de les instal·lacions i/o material, en cas necessari, es realitzen comprovant la seva disponibilitat.

CR1.2 Les instal·lacions es revisen abans de la seva utilització, comprovant que es troben en les condicions previstes per a la seva utilització, identificant els perills i prenent les mesures necessàries per a la seva solució o prevenció.

CR1.3 Les dificultats que per a alguns i algunes participants amb discapacitat poden representar el mobiliari i el material a utilitzar durant les sessions es detecten i corregeixen o, en el seu cas, es proposen les accions per a la seva correcció.

CR1.4 El material per realitzar les activitats:

- Es revisa comprovant que està en perfectes condicions per al seu ús.
- S'organitza la col·locació i distribució abans del començament de cada sessió.
- S'organitza la recollida i col·locació després del seu ús als llocs indicats assegurant la seva conservació i seguretat.

CR1.5 Els mitjans auxiliars de comunicació es comprova que estan operatius i accessibles per poder sol·licitar ajuda immediata en cas de succeir alguna situació d'emergència.

CR1.6 La vestimenta i materials personals per al desenvolupament de l'activitat es comprova que són els apropiats i que es troben en condicions d'ús.

RP2: Atendre la persona usuària per garantir la seva satisfacció utilitzant les tècniques de comunicació i atenció més apropiades en cada moment, segons els procediments establerts per l'entitat.

CR2.1 El comportament del tècnic o de la tècnica s'ajusta tothora als criteris establerts per l'organització, donant una imatge concorde amb el context i amb les directrius marcades per l'entitat.

CR2.2 La informació sobre les normes d'utilització i gaudi de la instal·lació i l'oferta d'activitats és clara i concreta, escollint el canal de comunicació i propiciant la confiança de la persona usuària des del primer moment.



CR2.3 Les reclamacions presentades per la clientela són ateses amb una actitud segura, positiva i un estil assertiu segons els criteris i procediments establerts, informant la clientela del procés de reclamació.

CR2.4 La satisfacció de l'usuari o usuària s'aconsegueix a través del clima creat i de la pròpia dinàmica i la consecució del resultat de cada una de les sessions.

CR2.5 La recepció i comiat de la persona usuària es realitzen de forma activa i estimuladora envers l'activitat, propiciant que la relació sigui espontània i natural.

RP3: Adaptar el programa d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, persones majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre altres) a la realitat de cada una de les sessions, optimitzant dit programa, atenent a les característiques puntuals del grup i a l'evolució dels seus i de les seves components.

CR3.1 Les necessitats i expectatives de les persones usuàries en relació amb les activitats s'identifiquen i tenen en compte, especialment en aquelles que presentin alguna discapacitat i/o necessitats específiques, i realitzant un seguiment individualitzat de cada un dels components del grup.

CR3.2 Les activitats d'ensenyament-aprenentatge i de condicionament físic es personalitzen i adapten el nivell, característiques, necessitats i expectatives de la persona usuària i del grup, en funció dels objectius previstos, de les directrius marcades en la programació i de les circumstàncies que puntualment es presentin en cadascuna de les sessions.

CR3.3 La metodologia per al desenvolupament de les activitats es concreta triant les estratègies didàctiques i d'aprenentatge adequades per als objectius a aconseguir i per solucionar les possibles contingències en cada una de les sessions.

CR3.4 Els suports i mitjans gràfics de reforç informatiu s'habiliten, en cas necessari, en cada sessió d'acord a un criteri d'adequació a la finalitat prevista partint de que les seves característiques:

- Permeten l'exposició seqüencial de tots els exercicis i activitats programades per a les diferents sessions.
- Es poden ubicar amb facilitat en la vora del vas de la instal·lació aquàtica en el qual es desenvolupa la sessió.
- Són accessibles perquè la tècnica o el tècnic pugui exposar i/o corregir amb facilitat les instruccions seqüencials en ells expressades.
- Permeten, a les persones usuàries, consultar amb facilitat les instruccions en ells expressades sense necessitat de sortir de l'aigua.

RP4: Aconseguir l'aprenentatge dels estils de natació i de les habilitats aquàtiques per a diferents tipus de persones usuàries i una millora de la condició física, dirigint i supervisant les activitats expressades en la programació.

CR4.1 El programa s'explica a la persona usuària, tant en la seva finalitat com en el seu desenvolupament, informant-la a més sobre:

- La utilització del material i els equips.



- Les tasques a realitzar i la seva finalitat.
- Les necessitats d'hidratació.
- Les pauses de recuperació.
- Les condicions per a la seguretat.
- En el seu cas, l'ús dels suports informatius que es trobin ubicats al caire del vas de la instal·lació aquàtica.

CR4.2 La realització dels exercicis i la utilització dels materials es demostren aplicant fonaments biomecànics bàsics, puntualitzant els detalls més importants, anticipant els possibles errors d'execució i assegurant-se que les indicacions són compreses.

CR4.3 L'estructura tècnica, el ritme i la intensitat de cada exercici, així com la utilització d'equips i materials es comprova que és adequada detectant els possibles errors comesos, analitzant la causa d'aquests i donant, en cas necessari, les indicacions per a la seva correcció o elaborant tasques específiques per a això.

CR4.4 La ubicació del professor o de la professora durant tota l'activitat li permet controlar visualment a tot el grup i donar les instruccions amb claredat a totes les persones usuàries, aconseguint:

- La comprensió de les indicacions per part de cada persona usuària, en cada moment.
- Mantenir la seguretat de l'activitat, anticipant-se a les possibles contingències.
- Una eficiència òptima en les seves intervencions.

CR4.5 La dinàmica relacional en el desenvolupament de l'activitat es controla detectant els possibles inconvenients i/o inhibicions que pertorbin les relacions interpersonals del grup, posant en acció les estratègies per corregir-los, i promovent entre els seus components la cordialitat, desinhibició i participació.

CR4.6 La comunicació es realitza amb respecte i tacte, adaptada a les possibilitats de percepció i interpretació de l'usuària o usuari, captant el seu interès cap a les activitats a través de les explicacions que se li faciliten, donant la informació necessària durant el procés perquè es trobi segur i motivat.

CR4.7 La seguretat s'observa durant el desenvolupament de les activitats vetllant per preservar la integritat física dels usuaris i usuàries de qualsevol risc potencial, prestant atenció als símptomes de fatiga que puguin presentar-se entre els components del grup.

CR4.8 L'ús i control dels recursos en el transcurs de la sessió s'optimitza aconseguint una distribució temporal i un ús dels mitjans materials concordes amb els objectius de la programació.

CR4.9 Les conductes inadequades en l'activitat s'analitzen i corregeixen aplicant les tècniques adequades segons la gravetat o perillositat de la conducta i seguint les directrius de l'organització.

CR4.10 Les normes de l'organització es fan complir, utilitzant les tècniques concordes a cada situació, seguint els procediments que s'hagin establert, coordinant les tècniques i els tècnics de suport i conscienciant els usuaris i usuàries del valor del respecte a les persones i a les instal·lacions.



RP5: Avaluar el procés interactiu d'ensenyament-condicionament físic i els resultats obtinguts per a la seva comparació amb els objectius previstos en la programació.

CR5.1 Els instruments i tècniques d'avaluació del procés i dels resultats s'apliquen amb les especificacions previstes en la programació.

CR5.2 El grau d'aprenentatge, la millora de la condició física i el grau de satisfacció de la persona usuària s'avaluen de forma diferenciada.

CR5.3 La informació generada en l'aplicació dels instruments d'avaluació s'analitza i presenta de forma coherent amb el model proposat en la programació.

RP6: Actuar d'acord al pla d'emergència de l'entitat, duent a terme accions preventives, correctives i de millora al nivell de les seves atribucions.

CR6.1 Els drets i deures de l'empleat o empleada i de l'entitat s'identifiquen en allò que fa referència a la seguretat.

CR6.2 Els equips i mitjans de prevenció s'identifiquen i es mantenen operatius.

CR6.3 Les zones de treball es mantenen en condicions de netedat, ordre i seguretat.

CR6.4 L'entrenament d'intervenció en casos d'emergència es manté, així com la responsabilitat d'actuació, procediments d'aturada de màquines i d'instal·lacions i criteris d'evacuació segons el pla d'emergència de l'entitat.

## Context professional

### Mitjans de producció

Instal·lació aquàtica. Equips informàtics amb programari específic d'aplicació. Mitjans i equips d'oficina. Sistemes de protecció de dades. Vestuari específic per a la intervenció en el medi aquàtic i material auxiliar convencional (flotació, propulsió, recreació, entre d'altres).

### Productes i resultats

Grau d'aprenentatge de la natació de diferents tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens i nenes en edat escolar, adults, persones majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre d'altres). Nivell de condició física adquirit per la persona usuària. Avaluació del procés i del resultat. Fitxes i informes. Rescat de l'accidentat o accidentada en el medi aquàtic. Motivació i animació de les persones usuàries.

### Informació utilitzada o generada

Programari de consulta. Documentació tècnica d'equips i materials. Bibliografia especialitzada. Programació. Fitxes de les sessions. Informes. Avaluació del procés i del resultat. Protocols de salvament aquàtic elementals.

## Unitat de competència 4

**Denominació: ORGANITZAR I COL·LABORAR EN COMPETICIONS NO OFICIALS DE NIVELL BÀSIC O SOCIAL I ESDEVENIMENTS LUDICOESPORTIUS EN EL MEDI AQUÀTIC**

**Nivell: 3**

**Codi: UC1086\_3**

### **Realitzacions professionals i criteris de realització**

**RP1: Determinar-concretar un programa de competicions no oficials de nivell bàsic o social i esdeveniments ludicoesportius seguint els preceptes establerts per l'entitat demandant del servei.**

CR1.1 Les competicions, concursos i esdeveniments ludicoesportius s'incorporen a la programació explicitant el calendari de manera que s'accentui la intenció intrínseca de motivació que té aquest tipus d'activitats per la seva ubicació cronològica dins del programa.

CR1.2 Les necessitats de recursos humans i de mitjans materials es preveuen, explicitant les funcions de cada un dels tècnics o tècniques auxiliars i operàries i operaris implicats en l'esdeveniment.

CR1.3 Els horaris, cerimònies, tipus de participants i col·lectius cap als quals s'adreça l'esdeveniment-competició es defineixen circumstanciant tots els detalls logístics.

CR1.4 Les normes de l'esdeveniment-competició i/o els aspectes reglamentaris es defineixen per assegurar una conducta previsible tant en espectadors com en participants.

CR1.5 Les mesures de seguretat es preveuen i es defineix la seva implementació.

CR1.6 Els procediments de promoció-difusió es determinen i utilitzen d'acord amb la campanya que es pretén dur a terme i el públic al qual s'adreça.

CR1.7 Els procediments d'avaluació del procés i del resultat es preveuen per obtenir dades suficients que serveixin en futures programacions.

**RP2: Determinar i gestionar els mitjans, recursos i materials per desenvolupar el programa elaborat de competició o esdeveniment.**

CR2.1 Els mitjans i materials es concreten i, en el seu cas, es gestiona la seva adquisició, en funció de la disposició de dits mitjans i materials, dels objectius definits i dels continguts seleccionats.

CR2.2 Els mitjans de comunicació de la instal·lació es concreten per poder informar les persones usuàries.

CR2.3 El procés de manteniment preventiu es concreta per assegurar el funcionament dels elements de la instal·lació aquàtica, de manera que es redueixi al màxim el risc d'accidents i/o situacions perilloses.

CR2.4 La documentació necessària es preveu i es tramita per a la participació en l'esdeveniment o competició.

CR2.5 Les normes dels esdeveniments o competicions i els aspectes reglamentaris es defineixen per assegurar una conducta previsible tant en participants com en espectadors.



RP3: Organitzar, al seu nivell, competicions, concursos i esdeveniments ludicoesportius dirigint-los directament i/o acompanyant i dirigint la participació, a fi de reforçar la motivació i fidelitat de les persones usuàries.

- CR3.1 La documentació per a l'organització-participació en l'esdeveniment i l'ús de les instal·lacions es gestiona atenent els requeriments expressats en la programació.
- CR3.2 La dotació de la instal·lació es preveu que s'adeqüi a les característiques de l'esdeveniment que s'organitza i es comprova que el material es trobi en condicions d'ús.
- CR3.3 La participació d'altres persones, en el seu cas, es gestiona en l'organització i desenvolupament de l'esdeveniment i es comprova la seva presència durant dit esdeveniment.
- CR3.4 Els equips, horaris i cerimònies s'organitzen i es gestiona l'obtenció de trofeus.
- CR3.5 La presència de tots els i les participants s'identifica i es comprova.
- CR3.6 Les normes que regiran l'esdeveniment es comuniquen a tots els interessats i interessades i es comprova que són seguides i respectades per tothom.
- CR3.7 Les mesures de seguretat previstes en la programació es compleixen.
- CR3.8 L'esdeveniment es controla segons els objectius i directrius marcats.
- CR3.9 Les tècniques d'animació s'utilitzen durant el desenvolupament de l'esdeveniment buscant la implicació en dit esdeveniment dels i de les participants i del públic assistent.

RP4: Controlar el desenvolupament d'esdeveniments, celebracions i competicions esportives procurant que es compleixin les normatives en vigor.

- CR4.1 Els mitjans materials per a l'arbitratge i el control es comproven per garantir el seu funcionament.
- CR4.2 Els recursos humans s'ubiquen a la instal·lació a les zones necessàries per garantir el compliment de totes les normes establertes.
- CR4.3 Les tècniques d'arbitratge i control s'apliquen seguint les pautes marcades pel reglament i pels organismes competents.
- CR4.4 Els resultats obtinguts es registren seguint, en el seu cas, el protocol habitual en el model i suport físic més adequats.

RP5: Aplicar els processos d'avaluació definits per a la valoració dels esdeveniments i competicions perquè serveixin en el procés de retroalimentació de futures programacions.

- CR5.1 Els mètodes d'avaluació definits anteriorment en el programa d'esdeveniments i competicions s'apliquen i s'analitzen els resultats obtinguts, comprovant que la dinàmica de l'activitat es desenvolupa segons allò previst i, en cas contrari, es destaquen aquells aspectes que hagin incidit negativament.
- CR5.2 Les dades obtingudes s'organitzen seguint els criteris marcats en la programació de manera que serveixin per valorar:
  - Si l'eficàcia de les activitats en relació als objectius pretesos és acceptable.
  - L'evolució dels usuaris i usuàries en l'activitat.
  - El grau de gaudi i satisfacció de la clientela.
  - El nivell i la qualitat de la participació.
  - Les demandes i suggeriments de les persones usuàries.

- El nivell assolit per les i pels participants i pels competidors i competidores.
- CR5.3 Les dades rellevants del procés avaluatiu es registren a la fitxa tècnica o dossier corresponent en un suport físic de fàcil consulta i utilització perquè serveixin de referència en la programació de futures competicions, concursos o esdeveniments de les mateixes característiques.

## Context professional

### Mitjans de producció

Instal·lacions aquàtiques recreatives i de rendiment. Mitjans i sistemes de comunicació. Equips informàtics amb programari específic d'aplicació. Mitjans i equips d'oficina. Protecció de dades. Materials i equips per a l'arbitratge.

### Productes i resultats

Programes de competicions i esdeveniments adaptats a diferents tipus de persones usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, persones majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre d'altres). Gestió de mitjans, recursos i materials vinculats a les competicions i esdeveniments. Avaluació del procés i del resultat. Fitxes i informes. Resultats obtinguts.

### Informació utilitzada o generada

Classificacions i estadístiques de les competicions. Resultats i informes del procés d'avaluació. Elaboració de rànquing. Bibliografia especialitzada. Manuals i reglaments esportius. Normatives. Reglaments arbitral.

## Unitat de competència 5

**Denominació:** ASSISTIR COM A PRIMER INTERVINENT EN CAS D'ACCIDENT O SITUACIÓ D'EMERGÈNCIA

**Nivell:** 2

**Codi:** UC0272\_2

### Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: Buscar signes d'alteracions orgàniques segons els protocols establerts com a primer intervinent.

CR1.1 S'estableix comunicació amb la persona accidentada, si és possible, per recollir informació sobre el seu estat i les causes de l'accident.

CR1.2 S'interroga les persones de l'entorn amb deferència i respecte, per completar la informació sobre l'esdeveniment.



CR1.3 La permeabilitat de la via aèria, ventilació, circulació i nivell de consciència es comproven.

CR1.4 El servei d'atenció d'emergències, en cas de necessitat, és informat dels resultats de la revisió realitzada, consultant les maniobres que s'hagin d'aplicar i sol·licitant altres recursos que poguessin ser necessaris.

CR1.5 Els mecanismes de producció del traumatisme s'analitzen per buscar les possibles lesions associades.

CR1.6 Els elements de protecció individual s'utilitzen per prevenir riscos laborals durant l'assistència a la persona accidentada.

RP2: Aplicar tècniques de suport respiratori i/o circulatori bàsiques segons el protocol establert.

CR2.1 L'obertura i neteja de la via aèria es realitzen mitjançant les tècniques manuals adequades o aspirador.

CR2.2 La permeabilitat de la via aèria es manté en persones accidentades inconscients mitjançant la tècnica postural apropiada.

CR2.3 Les tècniques manuals de desobstrucció s'apliquen quan existeix una obstrucció de la via aèria.

CR2.4 El baló ressuscitador autoinflable s'utilitza per donar suport respiratori a la persona accidentada que ho necessiti.

CR2.5 Les tècniques de reanimació cardiorespiratòria s'apliquen davant d'una situació d'aturada cardiorespiratòria.

CR2.6 L'oxigen s'aplica en cas de necessitat segons els protocols establerts.

CR2.7 El desfibril·lador semiautomàtic, en cas de necessitat, s'utilitza adequadament conforme a les normatives i protocols establerts.

CR2.8 Les tècniques d'hemostàsia davant d'hemorràgies externes s'apliquen de forma adequada.

CR2.9 El tractament postural adequat s'aplica quan la persona accidentada es troba en situació de compromís respiratori o presenta signes evidents de «xoc».

RP3: Prestar les cures bàsiques inicials en situacions d'emergència que no impliquin una aturada cardiorespiratòria segons el protocol establert.

CR3.1 El servei d'atenció d'emergències és avisat i consultat sobre les mesures a aplicar com a resposta a la situació concreta que s'estigui produint.

CR3.2 L'atenció inicial a persones en situació de compromís respiratori s'efectua adequadament.

CR3.3 L'atenció inicial a persones en situació de compromís cardiocirculatori es realitza correctament.

CR3.4 Les cures a persones accidentades que han sofert lesions per agents físics i/o químics s'apliquen convenientment.

CR3.5 Es presta l'atenció i les cures adequades a la dona en situació de part imminent.

CR3.6 Les persones amb crisis convulsives reben l'atenció inicial oportuna.





CR3.7 La persona accidentada és col·locada en la posició i en l'entorn més adequats en funció del seu estat i de la situació d'emergència.

CR3.8 En situacions d'emergències col·lectives i catàstrofes es col·labora en l'atenció inicial i en la primera classificació dels i de les pacients conforme a criteris elementals.

RP4: Generar un entorn segur en situacions d'emergència.

CR4.1 La senyalització i l'abalisament de la zona es realitzen utilitzant els elements necessaris.

CR4.2 A la persona accidentada se la col·loca en un lloc segur.

CR4.3 Les tècniques de mobilització i immobilització s'apliquen per col·locar la persona accidentada en una posició anatòmica no lesiva fins que acudeixin a la zona els serveis sanitaris d'emergència o per procedir al seu trasllat en cas necessari.

CR4.4 Els mitjans i equips de protecció personal s'usen per prevenir riscos i accidents laborals.

RP5: Recolzar psicològicament la persona accidentada i els seus familiars en situacions d'emergències sanitàries.

CR5.1 Les necessitats psicològiques de l'accidentada o accidentat es detecten i s'apliquen tècniques de suport psicològic bàsiques per millorar el seu estat emocional.

CR5.2 La comunicació amb la persona accidentada i la seva família s'estableix de forma fluida des de la presa de contacte fins al seu trasllat, atenent, en la mesura possible, tots els seus requeriments.

CR5.3 S'infon confiança i optimisme a l'accidentada o accidentat durant tota l'actuació.

CR5.4 Es facilita la comunicació de la persona accidentada amb els seus familiars.

CR5.5 Els i les familiars de les persones accidentades són atesos, brindant-los informació sobre les qüestions que puguin plantejar dins de les seves competències.

## Context professional

### Mitjans de producció

Material de mobilització i immobilització. Material electromèdic. Material fungible. Farmaciola. Equip d'oxigenoteràpia. Desfibril·lador semiautomàtic. Equip de protecció individual. Sistema de comunicació. Equip d'organització en catàstrofe. Protocols d'actuació. Material de senyalització i abalisament. Material d'autoprotecció. Tècniques de comunicació. Tècniques d'informació. Tècniques d'observació i valoració.

### Productes i resultats

Valoració inicial de la persona accidentada. Aplicació de tècniques de suport vital bàsic. Aplicació de cures bàsiques a les emergències més freqüents. Classificació bàsica d'accidentats i accidentades en emergències col·lectives i catàstrofes. Generació d'un entorn segur per a l'assistència a la persona. Immobilització preventiva de les lesions. Mobilització amb les tècniques adequades. Evacuació des del lloc de l'esdeveniment fins a un lloc segur. Trasllat en la posició anatòmica més adequada a les necessitats de la persona accidentada. Protocols d'actuació. Informe d'assistència. Coneixement de les necessitats psicològiques de l'accidentat o l'accidentada. Seguretat a la persona accidentada



davant de l'assistència. Canalització dels sentiments dels familiars. Apaivagament de les situacions d'irritabilitat col·lectiva.

### Informació utilitzada o generada

Manuals de primers auxilis. Revistes i bibliografia especialitzada. Protocols d'actuació. Informes.

### Unitat de competència 6

Denominació: RESCATAR PERSONES EN CAS D'ACCIDENT O SITUACIÓ D'EMERGÈNCIA EN INSTAL·LACIONS AQUÀTIQUES

Nivell: 2

Codi: UC0271\_2

### Realitzacions professionals i criteris de realització

RP1: Analitzar les condicions de la situació, per decidir la intervenció a realitzar d'acord amb els plans d'emergència establerts.

CR1.1 Els signes de tenir problemes per nedar i/o mantenir-se a la superfície es reconeixen en les persones, així com les circumstàncies en les quals s'ha originat l'accident o situació d'emergència.

CR1.2 Les diferents possibilitats d'actuació es valoren en funció de la instal·lació o zones aquàtiques naturals i situació percebuda.

CR1.3 Els diferents mitjans materials disponibles per realitzar la intervenció se seleccionen segons la situació, valorant l'oportunitat i idoneïtat del seu ús.

CR1.4 Els accidents o situacions d'emergència es comuniquen, seguint les pautes d'avís i comunicació establertes en els protocols d'actuació i plans d'emergència.

CR1.5 La decisió es pren amb prestesa i diligència, després d'analitzar la situació globalment, tenint en compte els recursos disponibles, sol·licitant quants ajuts siguin necessaris davant d'una situació d'emergència.

CR1.6 Les indicacions sobre les accions i el comportament a seguir en situacions d'emergència, es transmeten a les persones usuàries de forma clara i precisa, proporcionant confiança, seguretat i desdramatitzant la situació.

RP2: Realitzar la posada en acció, aproximació, control i remolc de la víctima d'acord amb la situació del medi, de la persona accidentada i d'un mateix.

CR2.1 Els mitjans de rescat se seleccionen i utilitzen adequadament d'acord a l'eventualitat i a la situació de la persona accidentada, facilitant el seu trasllat i l'aplicació dels primers auxilis durant dit trasllat.

CR2.2 El lloc i la forma d'entrada a l'aigua es realitzen tenint en compte:  
- L'accessibilitat.



- La proximitat a la persona a rescatar.

- Les característiques del medi aquàtic (visibilitat i profunditat).

CR2.3 Les tècniques d'aproximació a la víctima s'apliquen en funció de l'entorn i de les condicions del medi aquàtic, portant el material específic o auxiliar elegit, portant vestimenta o, no sense perdre de vista la persona accidentada, i accedint-hi reduint el risc de la persona accidentada i de la rescatadora o el rescatador.

CR2.4 El contacte amb la persona accidentada es realitza evitant la possibilitat d'agafar-la amb excessiva força i, si és necessari, utilitzant tècniques d'escapoliment apropiades per evitar colpejar-la o fer-li mal de qualsevol manera.

CR2.5 La persona accidentada és tranquil·litzada, transmetent-li ànim i seguretat i donant-li instruccions perquè no dificulti el seu rescat.

CR2.6 Les accions de busseig es realitzen, recuperant la persona accidentada i traient-la a la superfície, sense posar-se en perill un mateix.

CR2.7 Les tècniques de control i trasllat de la víctima s'apliquen mantenint-li les vies respiratòries fora de l'aigua i en funció de la situació de la pròpia víctima i el material específic i/o auxiliar.

CR2.8 La informació, emissió d'instruccions i assignació de tasques (en el seu cas) es donen al públic utilitzant les tècniques de comunicació més adequades, adaptant els missatges a les persones receptores de dits missatges, de manera que es tingui controlat el públic i no interfereixin en l'atenció a la persona accidentada.

CR2.9 La comunicació i actuació dels membres de l'equip de treball es realitza de manera coordinada entre ells i amb la resta de treballadors i treballadores de l'entitat, així com també amb aquells equips externs que intervinguin en situacions d'emergència per evacuar o atendre els accidentats i les accidentades.

CR2.10 Les tècniques específiques per a la persona accidentada amb lesió de columna s'utilitzen de forma preventiva i amb la deguda precaució en el cas que la lesió de la víctima sigui traumàtica o se sospiti que pugui tenir lesió de columna.

RP3: Extreure la persona accidentada en funció de l'estimació de les seves característiques i de les condicions ambientals presents.

CR3.1 L'extracció de la persona accidentada de l'aigua es realitza en funció de les seves característiques, les de l'entorn i les del rescatador o rescatadora.

CR3.2 Les tècniques d'extracció s'adapten i els mitjans adequats es trien, quan es detecta una possible malaltia a la columna vertebral, realitzant-se l'extracció de forma coordinada per l'equip de socorristes o equip d'emergències, mostrant un clar compromís amb la seguretat de la víctima.

CR3.3 La comunicació amb la persona accidentada s'estableix de forma persuasiva i tranquil·litzadora, obtenint informació sobre la causa de l'accident i les conseqüències (signes i símptomes), informant-la de les tècniques d'intervenció que es realitzen.

CR3.4 La comunicació amb les i els acompanyants de la persona accidentada s'estableix tranquil·litzant-los i informant-los del seu estat i evolució, informant en cas de trasllat de la forma i destinació de dit trasllat.

## Context professional

### Mitjans de producció

Mitjans de socors professionals. Materials específics i d'auxiliars per al control i trasllat en l'aigua de la persona accidentada. Materials auxiliars per immobilitzar i transportar la persona accidentada. Farmaciola. Mitjans i sistemes de comunicació.

### Productes i resultats

Organització del rescat i/o evacuació amb mitjans propis o aliens. L'aproximació a la persona accidentada. El control de la persona accidentada. El trasllat de l'accidentat o l'accidentada en el medi aquàtic. La valoració de l'estat de gravetat de la persona accidentada. La immobilització de l'accidentat o accidentada. L'extracció de la persona accidentada. Tolerància a l'estrès.

### Informació utilitzada o generada

Protocols de socorrisme aquàtic. Manuals de socorrisme aquàtic. Normativa sobre responsabilitat civil. Bibliografia específica. Revistes especialitzades. Informes o comunicats d'actuació.

## III. FORMACIÓ DEL CERTIFICAT DE PROFESSIONALITAT

### MÒDUL FORMATIU 1

Denominació: NATACIÓ

Codi: MF0269\_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0269\_2: Executar tècniques específiques de natació amb eficàcia i seguretat.

Durada: 120 hores

### UNITAT FORMATIVA 1

Denominació: HABILITATS I DESTRESES BÀSIQUES EN EL MEDI AQUÀTIC

Codi: UF0907

Durada: 40 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP1.

## Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Aplicar habilitats i destreses bàsiques en el medi aquàtic.

CE1.1 Mantenir-se en flotació dinàmica durant 30 segons:

- Realitzant dos girs complets (un a cada costat) al voltant de l'eix longitudinal del cos.
- Amb els braços elevats per damunt de la superfície de l'aigua a l'altura dels colzes.

CE1.2 Realitzar dos girs consecutius al voltant de l'eix transversal del cos, mantenint el cap dins de l'aigua.

CE1.3 Realitzar una immersió destinada a recollir un objecte situat a 2 metres de profunditat.

CE1.4 Situat a la vora de la piscina realitzar l'entrada a l'aigua:

- Dempeus controlant la profunditat que s'assoleix durant la capbussada.
- Dempeus sense enfonsar el cap mantenint l'orientació, flotació i permetent l'observació de l'entorn.
- De cap controlant la profunditat que s'assoleix durant la capbussada.

C2: Dominar les accions bàsiques de respiració, flotació i propulsió en aigües profundes i no profundes, demostrant capacitat de combinació de dites accions bàsiques per reproduir accions integrals en el medi aquàtic.

CE2.1 Realitzar un recorregut amb canvis de direcció a través d'un desplaçament global, utilitzant la posició ventral i dorsal, efectuant un gir transversal després de 6 braçades fins a un total de 10 seqüències.

CE2.2 Realitzar desplaçaments en posició vertical, amb cop de peu alternatiu de braça en sentit frontal i lateral, amb canvis de direcció cada 10 metres.

CE2.3 Realitzar desplaçaments alternant la posició horitzontal amb la posició vertical, incloent en aquesta posició una acció de pujada del cos.

CE2.4 Realitzar un recorregut dissenyat on es combinin: desplaçament ventral, posició vertical, salt, desplaçament dorsal, posició vertical, gir longitudinal i desplaçament lateral.

CE2.5 Realitzar remades estàndard en posició dorsal mantenint el cos horitzontal a prop de la superfície durant 20 segons.

CE2.6 Realitzar 25 metres de desplaçaments en posició dorsal amb remades estàndard.

## Continguts

### 1. Adaptació al medi aquàtic. Execució d'habilitats i destreses bàsiques

- La respiració i les apnees:

- Adaptació de la respiració als moviments dins de l'aigua.

- La flotació:

- Flotacions parcials amb elements auxiliars.
- Flotacions amb ajuda.
- Flotacions globals amb elements auxiliars.



- Flotacions en apnea.
- Flotacions variant la posició del cos.
- Flotacions variant el volum pulmonar.
- La propulsió:
  - Propulsions parcials amb material auxiliar.
  - Propulsions globals.
  - Propulsions bàsiques basades en els diferents estils de natació.
- L'entrada a l'aigua:
  - Dempeus.
  - De cap.
- Els girs en l'aigua:
  - En flotacions.
  - En desplaçament.
  - Sobre els tres eixos.

## 2. Domini del medi aquàtic. Execució d'habilitats i destreses bàsiques combinades.

- Desplaçaments:
  - Combinant les superfícies propulsores.
  - Realitzant canvis de sentit i de direcció.
  - Amb formes de nadar alternes.
  - Amb formes de nadar simultànies.
  - Combinant girs.

## UNITAT FORMATIVA 2

Denominació: TÈCNIQUES ESPECÍFIQUES DE NATACIÓ EN EL MEDI AQUÀTIC

Codi: UF0908

Durada: 80 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP2 i amb la RP3.

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Dominar les tècniques específiques de natació en el medi aquàtic.

CE1.1 Realitzar 200 metres nedant, alternant els estils de braça, crol, esquena i moviment ondulatori de natació complet, realitzant un mínim de 50 metres a cada estil, respirant pels dos costats de forma alternativa en l'estil crol i nedant de forma contínua i fluida.

CE1.2 Realitzar 300 metres nedant amb aletes, de forma contínua i fluida, coordinant correctament la respiració i els moviments de braços i cames.

CE1.3 Realitzar 100 metres nedant amb material auxiliar, alternant els moviments aïllats de braços d'esquena, cames de braça i cames de papallona durant almenys 25 metres consecutius cadascun d'ells.

C2: Dominar les tècniques específiques de volteig i viratge aplicades a cada especialitat.

CE2.1 Sobre una distància de 50 metres, realitzar el volteig de crol després de cada distància de 25 metres nedant.

CE2.2 Sobre una distància de 50 metres, realitzar el viratge d'esquena després de cada distància de 25 metres nedant.

CE2.3 Sobre una distància de 50 metres, realitzar els viratges de braça i papallona després de cada distància de 25 metres nedant.

CE2.4 Sobre una distància de 100 metres nedant, realitzar cada 25 metres els viratges especials per canviar d'un estil a l'altre.

C3: Realitzar el desplaçament en el medi aquàtic amb nivells de velocitat i resistència adequats.

CE3.1 Realitzar 200 metres nedant en estil lliure, en un temps màxim de quatre minuts quinze segons.

CE3.2 Realitzar 100 metres nedant en estil lliure, en un temps màxim d'un minut cinquanta segons.

CE3.3 Realitzar 50 metres nedant en estil lliure, en un temps màxim de 55 segons.

CE3.4 Realitzar 300 metres nedant amb aletes, en un temps màxim de cinc minuts i trenta segons.

CE3.5 Capbussar-se des del bloc de sortida i bussejar una distància de 25 metres (apnea contínua), recollint deu cèrcols del fons, distribuïts en zig-zag al llarg d'un carrer de la piscina, a partir de 5 metres de la sortida.

## Continguts

### 1. Domini dels estils de natació ventrals

- L'estil crol, coneixement, exercicis d'assimilació i execució pràctica:

- Posició del cos.
- Acció dels braços.
- Acció de les cames.
- Respiració.
- Coordinació.

- L'estil braça, coneixement, exercicis d'assimilació i execució pràctica:

- Posició del cos.
- Acció dels braços
- Acció de les cames
- Respiració.
- Coordinació.

- L'estil papallona, coneixement, exercicis d'assimilació i execució pràctica:

- Posició del cos.
- Acció dels braços.
- Acció de les cames
- Respiració.
- Coordinació.

## 2. Domini dels estils de natació dorsals

- L'estil esquena, coneixement, exercicis d'assimilació i execució pràctica:

- Posició del cos.
- Acció dels braços.
- Acció de les cames.
- Respiració.
- Coordinació.

## 3. Viratges en les competicions de natació

- Viratges i eixos de gir, coneixement, exercicis d'aplicació i execució pràctica.
- Fases en l'execució dels viratges, coneixement, exercicis d'aplicació i execució pràctica.

## 4. Aplicació pràctica dels estils de natació

- Per al desenvolupament de la resistència requerida al nedar.
- Per al desenvolupament de la velocitat requerida al nedar.

### Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Unitats formatives           | Durada total en hores de les unitats formatives | N. d'hores màximes susceptibles de formació a distància |
|------------------------------|---|---|
| Unitat formativa 1 – UF0907. | 40  | 0   |
| Unitat formativa 2 – UF0908. | 80  | 0   |

Seqüència:

La seqüència d'impartició de les unitats formatives haurà de seguir l'ordre en el qual apareixen en el mòdul formatiu. Per accedir a la unitat formativa 2 s'ha d'haver superat la unitat formativa 1.

### Criteris d'accés per a l'alumnat

Seràn els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

## MÒDUL FORMATIU 2



**Denominació:** PROGRAMACIÓ D'ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** MF1084\_3

**Nivell de qualificació professional:** 3

**Associat a la unitat de competència:**

UC1084\_3: Programar activitats d'ensenyament i condicionament físic bàsic relatives a activitats de natació.

**Durada:** 130 hores

### UNITAT FORMATIVA 1

**Denominació:** ANÀLISI DIAGNÒSTICA I PROVES DE NIVELL EN ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** UF1714

**Durada:** 40 hores

**Referent de competència:** Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP1 i RP2 pel que fa a integrar les dades obtingudes en l'anàlisi diagnòstica per a l'establiment d'objectius operatius en la programació d'activitats de natació.

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Definir i aplicar proves per a la determinació del nivell de destresa aquàtica, el nivell de condició física, el nivell de condició biològica, interessos, motivacions i grau d'autonomia personal dels diferents usuaris i usuàries (gestants, natació postpart, bebès, nens en edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre altres).

CE1.1 Definir els paràmetres bàsics susceptibles d'aportar informació sobre la condició física, aptitud biològica i nivell de destresa aquàtica d'una persona d'una tipologia donada.

CE1.2 Demostrar i explicar el procediment de realització i camp d'aplicació de diferents tests, proves i qüestionaris, així com les característiques i ús del material per realitzar-los.

CE1.3 Descriure tests d'aptitud física i biològica, proves de nivell de destresa aquàtica i qüestionaris en nombre i varietat suficients.

CE1.4 En un supòsit pràctic, confeccionar una bateria de proves seleccionant les més adequades als paràmetres a mesurar, a la tipologia de l'usuari o usuària i als mitjans disponibles.

CE1.5 En un supòsit pràctic, aplicar els tests o proves:

- Demostrant personalment la forma de realitzar-los.
- Indicant les normes de seguretat que s'han d'observar.
- Identificant les condicions fisiològiques o patològiques en les quals estan contraindicats.
- Identificant signes indicadors de risc abans i/o durant la seva execució.
- Subministrant els ajuts que requereixen els usuaris i usuàries, especialment a aquells que tenen un menor grau d'autonomia personal.
- Registrant el resultat obtingut en el model i suport establert.

CE1.6 Explicar i identificar els fenòmens fisiològics i els signes de fatiga que poden ocórrer durant l'execució dels tests i proves.

C2: Descriure i realitzar l'anàlisi diagnòstica de la realitat prèvia obtenció, integració i processament dels diferents tipus d'informació per realitzar-la amb objectivitat.

CE2.1 En un supòsit pràctic, a partir del resultat fictici de l'aplicació d'una bateria de proves, tests i qüestionaris determinar les característiques, necessitats, interessos i expectatives de diferents usuaris i usuàries i la forma d'utilitzar aquesta informació de forma preferent en l'anàlisi diagnòstica.

CE2.2 Identificar i aplicar la normativa vigent en matèria de seguretat i prevenció de riscos relacionada amb les instal·lacions aquàtiques i les activitats que en elles es realitzen.

CE2.3 Descriure les situacions de risc que es poden presentar davant del desenvolupament d'activitats en instal·lacions aquàtiques i la forma de detectar-les.

CE2.4 Identificar i descriure l'equipament bàsic i material auxiliar per al desenvolupament d'aquest tipus d'activitats.

CE2.5 Identificar les condicions de temperatura i profunditat comparant-les amb els paràmetres d'ús.

CE2.6 En un supòsit pràctic, descriure i optimitzar les possibilitats operatives d'utilització dels recursos materials i humans:

- Establint la ràtio més adequada.
- Distribuïnt el material disponible en funció de les necessitats que imposen les característiques dels usuaris i usuàries i els programes de formació-condicionament físic de natació i activitats de natació.
- Elaborant un pla de coordinació amb altres àrees i/o tècnics de l'entitat.

CE2.7 En un supòsit pràctic, elaborar una anàlisi diagnòstica a partir de les diferents fonts d'informació proposades, registrant-la en la forma i suport més adequats per ser utilitzada com a punt de partida en la realització d'un programa d'ensenyament-condicionament físic relatiu a activitats de natació per a diferents tipus d'usuàries i usuaris.

C3. Determinar les pautes i orientacions que permetin concretar els objectius operatius dels programes d'activitats de natació a partir de la informació disponible i de la programació general de referència.

CE3.1 En un supòsit pràctic de programació general d'una entitat fictícia, identificar els nivells de concreció que s'estableixen pel que fa a objectius, consignes i quanta informació sigui de

rellevància per a l'elaboració d'un programa d'ensenyament/condicionament físic relatiu a activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE3.2 En un supòsit pràctic d'anàlisi diagnòstica prèviament efectuada, integrar la informació obtinguda amb les directrius establertes a la programació general de referència proposant orientacions concretes per a l'establiment dels objectius operatius de les activitats de natació.

## Continguts

### 1. Normativa, espais i recursos en l'àmbit de les activitats de natació

- Normativa específica relativa a instal·lacions aquàtiques:
  - Instal·lacions.
  - Materials.
  - Recursos humans.
- Organització i estructura de les entitats que ofereixen activitats de natació:
  - Nivells, àrees i departaments.
  - Llocs de treball.
- Públic, entitats, empreses i organismes demandants d'activitats de natació:
  - Sector d'activitat.
  - Públic a qui va dirigit: tipologies.
  - Activitats més demandades.
- Seguretat i prevenció de riscos a les instal·lacions aquàtiques:
  - Normativa vigent.
  - Detecció i prevenció de situacions de risc.
- Tipus d'instal·lacions aquàtiques i usos:
  - Condicions de temperatura i profunditat.
- Equipament i material auxiliar en les activitats aquàtiques.
- Optimització de recursos humans i materials:
  - Proporció professor- alumnes.
  - Distribució eficient del material.
  - Coordinació de recursos humans.

### 2. Anàlisi esportivo-aquàtica de la persona clienta-usuària

- Aspectes bàsics d'aplicació:
  - Demostració i ajuts.
  - Normes de seguretat, riscos i símptomes de fatiga.
  - Adaptació a les tipologies de persones usuàries.
  - Contraindicacions.
- Proves de nivell de destresa aquàtica:
  - Factors bàsics de progressió en el medi aquàtic: Flotació - Respiració - Propulsió.
  - Domini bàsic del medi: Salts i capbussades - Girs - Desplaçaments - Equilibris - Llançaments i recepcions.
- Mesures antropomètriques:



- Paràmetres bàsics.
- Instruments i procediment d'aplicació.
- Interpretació d'informació.
- Proves biologicofuncionals:
  - Paràmetres bàsics.
  - Instruments i procediment d'avaluació.
  - Interpretació d'informació.
- Proves d'anàlisi postural:
  - Paràmetres bàsics.
  - Instruments i procediment d'aplicació.
  - Eines de recollida de la informació.
  - Interpretació d'informació.
- Proves de valoració de la condició física per a les activitats en el medi aquàtic:
  - Paràmetres bàsics.
  - Instruments i procediment d'aplicació.
  - Eines de recollida de la informació.
  - Interpretació d'informació.
- Detecció de trets significatius de la personalitat, motivacions i interessos:
  - Instruments i procediments d'aplicació: l'entrevista personal.
  - Historial medicoesportiu.
  - Eines de recollida de la informació.

### 3. Anàlisi diagnòstica prèvia a la programació d'activitats de natació

- Interpretació de la programació general de l'entitat:
  - Estructura del programa.
  - Models de programa.
  - Programes alternatius.
- Recollida de dades i informació:
  - Tipus de persones usuàries i clientes.
  - Infraestructura.
  - Espais i materials a utilitzar.
  - Recursos humans.
- Anàlisi del context d'intervenció i oferta adaptada d'activitats.
- Anàlisi diagnòstica - orientacions per a la concreció de la programació general:
  - Metodologia.
  - Objectius a complir.
  - Adequació i resposta a les necessitats i expectatives de la demanda.
- Integració i tractament de la informació obtinguda:
  - Models de documents.
  - Registre físic.
  - Suports i recursos informàtics.
  - Flux de la informació: ubicació i comunicació de les dades elaborades.



## UNITAT FORMATIVA 2

Denominació: PROGRAMACIÓ DIDÀCTICA EN ACTIVITATS DE NATACIÓ

Codi: UF1715

Durada: 90 hores

Referent de competència: Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP2, RP3, RP4, RP5 i RP6.

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Definir les capacitats condicionals i coordinatives, i aplicar els criteris i procediments d'intervenció per al seu desenvolupament i millora, relacionant els fonaments dels diferents sistemes de millora de les esmentades capacitats amb l'elaboració dels programes d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE1.1 Definir les diferents capacitats condicionals i coordinatives indicant els criteris que s'utilitzen per a la seva classificació i els factors que les determinen.

CE1.2 Explicar l'evolució natural de cada una de les capacitats condicionals i coordinatives en funció de l'edat, així com la seva relació amb el gènere, identificant les seves fases més sensibles i la seva repercussió en la forma de desenvolupar-les.

CE1.3 Descriure els mètodes per al desenvolupament de les capacitats condicionals i coordinatives en el medi aquàtic.

CE1.4 Explicar els principis de l'entrenament esportiu en general i la seva aplicació pràctica al desenvolupament de la condició física en particular per a la seva aplicació en l'elaboració dels programes de condicionament físic en activitats de natació per a diferents tipus d'usuàries i usuaris.

CE1.5 Explicar els fonaments del treball de la resistència aeròbica i anaeròbica aplicats a la programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CE1.6 Explicar els fonaments del treball de la força i resistència muscular aplicats a la programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CE1.7 Explicar els fonaments del treball de la flexibilitat aplicats a la programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris.

CE1.8 Explicar els fonaments del treball de la velocitat aplicats a la programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE1.9 Explicar els fonaments del treball de les capacitats coordinatives aplicats a la programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.



C2: Analitzar i definir els processos d'adaptació fisiològica de l'organisme a l'activitat física en el medi aquàtic.

CE2.1 Descriure els efectes de la pràctica sistematitzada d'exercici físic sobre els elements estructurals i funcionals de diferents sistemes de l'organisme.

CE2.2 Descriure els mecanismes d'adaptació funcional a l'esforç físic dels diferents sistemes i aparells de l'organisme humà.

CE2.3 Explicar la relació que existeix entre els mecanismes adaptatius i la millora de la condició física.

CE2.4 Indicar els mecanismes fisiològics que condueixen a un estat de sobreentrenament o fatiga crònica.

CE2.5 Descriure la mecànica i els fonaments bioquímics de la contracció muscular aplicats al rendiment físic.

CE2.6 Explicar les característiques fisiològiques que defineixen el desenvolupament biològic de l'ésser humà des de la infantesa fins a la vellesa.

CE2.7 En un supòsit pràctic, a partir de models anatòmics que representin els diferents sistemes i aparells de l'organisme:

- Relacionar l'estructura de cada òrgan amb la funció que realitza.
- Explicar la fisiologia de cada sistema o aparell indicant les interaccions entre les diferents estructures que l'integren i la seva repercussió en el rendiment físic.

C3: Analitzar i descriure la influència que té la pràctica d'activitat física en el medi aquàtic en la millora de la qualitat de vida i el benestar.

CE3.1 Explicar la relació directa que existeix entre el nivell de condició física i la salut i qualitat de vida.

CE3.2 Classificar les activitats en funció de la despesa energètica que comporten i explicar la influència de l'activitat física sobre el control del pes.

CE3.3 Enumerar els factors que condicionen un nivell de condició física saludable.

CE3.4 Indicar les contraindicacions absolutes i relatives de o a la pràctica de diferents activitats aquàtiques explicant les seves causes limitants.

CE3.5 Explicar la incidència de determinats hàbits de vida (sedentarisme, tabac, estrès entre d'altres) sobre el nivell de salut.

C4: Analitzar i descriure la complexitat d'execució dels diversos tipus d'habilitats motrius en activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries, proposant les estratègies didacticometodològiques per facilitar el seu aprenentatge.

CE4.1 Explicar i contrastar mètodes i estils d'ensenyament en natació i habilitats aquàtiques.

CE4.2 Descriure els mecanismes que intervenen en el procés de realització de les tasques motrius: percepció, decisió i execució.

CE4.3 Explicar els factors que més influeixen en la dificultat d'una tasca motriu i la intervenció dels mecanismes perceptiu, decisonal i efector en la realització de dita tasca.

CE4.4 Exposar els sistemes de classificació de les accions motrius en funció de les seves exigències d'aprenentatge en el medi aquàtic.

CE4.5 En els estils de natació, sortides, viratges i les habilitats aquàtiques relacionades amb totes les anteriors:

- Identificar els factors que, en la percepció, presa de decisions i/o execució, dificulten la realització o l'aprenentatge de dites habilitats.
- Elaborar un perfil de dificultat en el qual es jerarquitzin els factors/elements/components de dificultat.
- A partir del perfil de dificultat d'execució proposar justificadament seqüències, progressions d'ensenyament i estratègies a la pràctica que la redueixin i optimitzin el seu aprenentatge.
- Seleccionar i desenvolupar jocs que contribueixin al seu aprenentatge.
- Programació i recursos propis en activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

C5: Elaborar programes d'ensenyament-condicionament físic per a activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries, personalitzant-los per a un treball individual o en grup amb un enfocament recreatiu i saludable.

CE5.1 Identificar teories i mètodes de planificació i programació d'activitats d'ensenyament i condicionament físic en el medi aquàtic.

CE5.2 En un supòsit pràctic, utilitzar l'anàlisi diagnòstica com a punt de partida per a l'elaboració del programa d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CE5.3 Descriure el material, els aparells, els exercicis i les tasques que es preveuen utilitzar en el programa de natació, en funció de les característiques i necessitats dels usuaris i usuàries i de les habilitats-capacitats a desenvolupar.

CE5.4 Descriure els criteris que determinen la seguretat, adequació i efectivitat d'un programa, enumerant els factors a tenir en compte per evitar lesions o sobrecàrregues durant l'execució dels diferents exercicis i/o activitats.

CE5.5 En supòsits pràctics en els quals s'identifiqui una persona usuària o grup de persones usuàries, formular els objectius operatius en funció de les seves característiques, interessos, necessitats, mitjans i temps disponible, de manera que siguin verificables, mesurables, realitzables, precisos i motivadors, exposant les directrius i criteris per a:

- Assignar activitats a cada un dels objectius proposats.
- Seqüenciar les accions per executar el programa.
- Temporalitzar les activitats del programa.
- Seleccionar els mètodes i procediments a utilitzar.
- Seleccionar els recursos i mitjans materials a utilitzar.

CE5.6 En diferents supòsits pràctics on es reconeixin els objectius operatius i, per tant, les expectatives i les característiques dels usuaris i usuàries, elaborar un programa d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries, determinant:

- El tipus de sessions descrivint la metodologia d'instrucció, les progressions d'ensenyament i la càrrega d'entrenament a partir del volum i la intensitat.
- Les fases que ha de tenir la sessió d'entrenament i explicar les característiques de cada una d'elles, precisant la seqüència dels exercicis que s'utilitzen.
  - Els exercicis a desenvolupar en cada fase i la seva temporalització.
  - El material necessari.

- Les possibles adaptacions i/o modificacions dels exercicis en funció de les característiques i les necessitats de la persona usuària.
- Les activitats alternatives adequades a les possibilitats i limitacions dels usuaris i usuàries amb menor grau d'autonomia personal.

CE5.7 En un supòsit pràctic de programació, justificar la selecció de les metodologies didàctiques i de les estratègies d'instrucció tenint en compte totes les variables identificades, explicant com a recursos didacticometodològics:

- La caracterització del joc i la seva utilització per a la consecució dels objectius proposats, amb especial referència a l'aprenentatge de les habilitats aquàtiques i a l'optimització de les qüestions afectivorelacionals al si dels grups.
- La naturalesa i tipologia de les tècniques de motivació seleccionades.

CE5.8 Utilitzar símbols i esquemes gràfics per representar moviments i exercicis tipus en la forma i suport més adequats.

C6: Establir els processos i periodicitat per a l'avaluació qualitativa i quantitativa dels objectius establerts en els diferents programes per a activitats de natació.

CE6.1 En un supòsit pràctic, de programa d'activitats de natació, degudament caracteritzat, establir la seqüència temporal d'avaluació concretant les tècniques, instruments i finalitats per a cada fase.

CE6.2 En un supòsit pràctic, d'avaluació d'un programa d'activitats de natació, degudament caracteritzat, valorar de manera diferenciada la instal·lació, els mitjans, les prestacions, els horaris i l'optimització de temps, espais i recursos establint-los com a indicadors fiables en la determinació global de la qualitat del servei.

CE6.3 En un supòsit pràctic, d'avaluació d'un programa d'activitats de natació, degudament caracteritzat, determinar els instruments, materials i tècniques d'avaluació en congruència amb allò estipulat en la programació per obtenir una informació el més objectiva possible sobre el procés i els resultats, especialment pel que fa al grau de satisfacció de les persones usuàries.

CE6.4 En un supòsit pràctic, de programa d'activitats de natació, degudament caracteritzat, establir l'avaluació del progrés en la millora del rendiment i satisfacció de la persona usuària/clienta, discriminant de manera diferenciada aspectes relatius a:

- La millora de la condició física i possibles manques en les capacitats físiques més relacionades amb la salut.
- El domini tècnic sobre l'execució de les habilitats específiques relacionades amb les tècniques aquàtiques.
  - Els errors d'execució tècnica, les seves causes i efectes negatius.
  - La percepció conscient de la seva evolució i la seva salut i qualitat de vida.
  - El grau de satisfacció de les expectatives de la persona usuària/clienta.
  - El grau d'adequació de la metodologia d'entrenament utilitzada i el nivell dels objectius assolits.
  - El grau d'adaptació necessari als instruments i tècniques habituals per a persones amb discapacitat que participin en les sessions.





## Continguts

### 1. Estructures i funcions orgàniques relacionades amb les activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries

- Aparell locomotor:
  - Sistema ossi.
  - Sistema muscular.
  - Sistema articular.
- Aparell respiratori.
- Aparell circulatori:
  - El cor.
  - La circulació.
  - La sang.
- Sistema nerviós.
- Metabolisme energètic:
  - Concepte i utilització de l'energia.
  - Sistemes de producció d'energia.

### 2. Principis generals del condicionament físic en el medi aquàtic

- Concepte de condicionament, forma física i rendiment.
- Principis generals del condicionament físic.
- Capacitats condicionals i coordinatives:
  - Concepte, criteris de classificació i factors determinants: Resistència, força, velocitat i flexibilitat, coordinació, equilibri i agilitat.
  - Fases sensibles. Evolució en funció de l'edat, del gènere.
  - Mètodes per al desenvolupament de les capacitats en el medi aquàtic.
  - Tests específics de condició física.

### 3. Adaptació funcional. Resposta saludable a l'activitat física

- Els processos adaptatius en les activitats de natació:
  - Ajust, empremta i adaptació funcional: Adaptació aguda i adaptació crònica.
  - Síndrome general d'adaptació.
  - Llindar d'estimulació.
  - Supercompensació.
  - Fatiga i recuperació.
- Adaptació cardiovascular.
- Adaptació del sistema respiratori.
- Adaptació del sistema nerviós i endocrí.
- Adaptació del sistema musculoesquelètic.

### 4. Activitat física i salut

- Concepte de salut i la seva relació amb l'activitat física.
- Efectes de l'activitat física sobre la salut i la qualitat de vida.
- Contraindicacions absolutes o relatives de/a la pràctica d'activitats aquàtiques.
- Higiene corporal i postural a través de les activitats aquàtiques.
- Hàbits de vida saludables. Factors condicionants del nivell de condició física saludable.

## 5. Activitats de natació aplicades als diferents nivells d'autonomia personal

- Discapacitat: concepte, tipus i característiques.
- Classificacions medicoesportives:
  - Procés d'adaptació a l'esforç i contraindicacions.
  - Factors limitants del moviment en funció del tipus de discapacitat.
  - Consideracions bàsiques en el manteniment del material protèsic i ortèsic.
  - Tests específics i valoració funcional.
  - Organització i adaptació de recursos.
  - Barreres arquitectòniques i adaptació de les instal·lacions.

## 6. Programació en l'àmbit de les activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries

- Fonaments - Marc teòric:
  - Programació de les activitats de natació específiques dels seus diferents àmbits: gestants, natació postpart, bebès, edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació (natació, waterpolo, sincronitzada i salts), altres.
  - Organització i gestió dels recursos: recursos humans.
  - Tipus i característiques de les instal·lacions aquàtiques.
  - Confecció i control de pressupostos; gestió de materials i magatzems.
  - Optimització del material en instal·lacions aquàtiques.
  - Legislació sobre prevenció de riscos en instal·lacions aquàtiques.
  - Criteris de seguretat a tenir en compte en el disseny del programa.
- Objectius:
  - Disseny d'objectius operatius a partir de l'anàlisi diagnòstica.
  - Metodologia.
  - Tècniques d'ensenyament.
  - Estils didàctics d'ensenyament en activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.
  - Factors que dificulten l'aprenentatge motriu.
  - Classificació de les habilitats motrius en el medi aquàtic.
  - Disseny de progressions i tasques motrius jugades segons el procés d'adquisició de l'habilitat motriu i els factors que en dificulten l'aprenentatge.
  - Seqüenciació i temporalització de les activitats.
  - Progressions d'aprenentatge.
  - Recursos materials en funció de les característiques dels usuaris i usuàries i de les capacitats a desenvolupar.

- Recursos didàctics. Símbols i esquemes gràfics.
- Estructura de la sessió.
- Tècniques de motivació.
- Activitats:
  - Selecció d'activitats en funció dels objectius establerts.
  - Possibles adaptacions a les característiques dels usuaris i usuàries.
  - Activitats alternatives adequades als usuaris i usuàries amb menor grau d'autonomia personal.

## 7. Processos i periodicitat en l'avaluació

- Aspectes quantitius i qualitius de l'avaluació.
- El disseny dels processos de l'avaluació:
  - Objectius, indicadors, tècniques per a la recollida de dades.
  - Instruments i mètodes per a la recollida de dades.
  - Processament de la informació.
  - Anàlisi i interpretació de la informació.
  - Establiment de mesures correctores.
- Avaluació del procés, resultats i qualitat del servei.
- Periodicitat de l'avaluació.

## 8. Tractament i registre de programacions d'activitats de natació

- Estadística aplicada a l'elaboració de programes de natació:
  - Nocions generals.
  - Ordenació de dades.
  - Representació gràfica.
  - Normalització de dades.
- Recursos informàtics aplicats a l'elaboració de programes de natació:
  - Programari específic d'entrenament, elaboració i adaptació de programes de millora de la condició física.
  - Ofimàtica adaptada.

## Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Unitats formatives           | Durada total en hores de les unitats formatives | N. hores màximes susceptibles de formació a distància |
|------------------------------|---|---|
| Unitat formativa 1 – UF1714. | 40  | 20  |
| Unitat formativa 2 – UF1715. | 90  | 40  |

Seqüència:

La seqüència d'impartició de les unitats formatives haurà de seguir l'ordre en el qual apareixen en el mòdul formatiu. Per accedir a la unitat formativa 2 s'ha d'haver superat la unitat formativa 1.

### **Criteris d'accés per a l'alumnat**

Seràn els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

## **MÒDUL FORMATIU 3**

**Denominació:** METODOLOGIA I INSTRUCCIÓ D'ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** MF1085\_3

**Nivell de qualificació professional:** 3

**Associat a la unitat de competència:**

UC1085\_3: Dirigir l'aprenentatge i el condicionament físic bàsic en activitats de natació.

**Durada:** 150 hores

## **UNITAT FORMATIVA 1**

**Denominació:** SESSIONS D'ENTRENAMENT EN ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** UF1716

**Durada:** 60 hores

**Referent de competència:** Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP1, RP3 i amb la RP6.

### **Capacitats i criteris d'avaluació**

C1: Analitzar i descriure instal·lacions aquàtiques, segons les seves diferents tipologies i el material d'ús més freqüent en les activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries (gestants, natació postpart, bebès, edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, iniciació d'activitats de natació: natació, waterpolo, sincronitzada i salts, entre altres), per assegurar la seva disponibilitat i idoneïtat.

CE1.1 En un supòsit pràctic, identificar i descriure les característiques de diferents instal·lacions aquàtiques:

- Determinant l'equipament específic i les possibles aplicacions de dit equipament per al desenvolupament de programes d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.
  - Analitzant els factors de risc i zones potencialment perilloses a la instal·lació.
  - Proposant les adaptacions que són necessàries realitzar perquè el desenvolupament de les diferents activitats es realitzi amb total seguretat i s'adeqüin a les característiques i necessitats de les persones amb discapacitat.
- CE1.2 Descriure el material i equip més utilitzat en els programes d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries, concretant la seva utilitat i aplicació tant per al desenvolupament de la condició física com per a l'evolució en l'aprenentatge de les habilitats aquàtiques.
- CE1.3 Descriure les precaucions a tenir en compte en la utilització del material i equip tipus i els errors d'ús i/o manipulació més freqüents.
- CE1.4 Enumerar les anomalies més freqüents del material i equip tipus i descriure el procés per a la seva detecció i correcció.
- CE1.5 Identificar les adaptacions que són necessàries realitzar al material i equip tipus per poder ser utilitzades per persones usuàries amb algun tipus de discapacitat.

C2: Concretar, en cada una de les sessions, les activitats, metodologies i recursos materials en funció de les contingències que poden aparèixer en els grups de persones usuàries-clientes que segueixen un programa relacionat amb les activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

- CE2.1 En un supòsit pràctic d'un programa de natació fictici, identificar els objectius didàctics, metodologies, continguts, recursos a utilitzar i quanta informació sigui rellevant per al desenvolupament de dit programa, comprovant la seva adequació per atendre les necessitats i expectatives del grup per al qual ha estat elaborat.
- CE2.2 Explicar i contrastar mètodes i estils d'ensenyament d'activitats físicoesportives en el medi aquàtic, la seva flexibilitat d'aplicació, alternatives i situacions en les quals es poden intercanviar.
- CE2.3 En un supòsit pràctic, habilitar i utilitzar amb facilitat els mitjans de reforç informatiu, vídeo, projeccions, suports informàtics i altres destinats a facilitar el desenvolupament i adaptació de les diferents sessions de manera que:
- Permetin l'exposició seqüencial de tots els exercicis i activitats programades per a les diferents sessions.
  - Es puguin ubicar amb facilitat a la vora del vas de la instal·lació aquàtica en el qual es desenvolupa la sessió.
  - Siguin accessibles perquè el tècnic o la tècnica pugui exposar i/o corregir amb facilitat les instruccions seqüencials en ells expressades.
  - Facilitin als usuaris i usuàries consultar les instruccions en ells expressades sense necessitat de sortir de l'aigua.
- CE2.4 Analitzar totes les possibilitats dels materials per plantejar variants i adaptacions d'exercicis, aplicant en cada cas la més adequada.

CE2.5 Identificar les característiques i expectatives de les persones usuàries reflectides en el programa a partir de l'anàlisi diagnòstica i detectar aquelles variacions significatives i l'adequació o no del ritme d'evolució dels components del grup a la que estava prevista en el programa per establir les adaptacions en el desenvolupament dels programes d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

C3: Analitzar hàbits i pràctiques complementàries a l'activitat física que tenen una repercussió directa sobre la salut i qualitat de vida.

CE3.1 En un supòsit pràctic on es defineixin les característiques antropomètriques i fisiològiques d'un individu i utilitzant taules de referència:

- Calcular l'aportament calòric dels aliments proposats.
- Calcular el valor d'ingesta calòrica recomanable.
- Confeccionar una dieta equilibrada.

CE3.2 Descriure els efectes de les diferents tècniques recuperadores sobre l'organisme: sauna, massatge, banys de vapor, d'altres.

CE3.3 Explicar el mètode o procediment a seguir i les mesures preventives a tenir en compte en l'aplicació de saunes, banys de vapor i banys termals, indicant les seves contraindicacions totals o relatives.

CE3.4 Explicar els procediments i realitzar les maniobres bàsiques d'automassatge de recuperació.

C4: Identificar i aplicar en situacions simulades els plans d'emergència més habituals en instal·lacions esportives.

CE4.1 Identificar i descriure els plans d'emergència més habituals en instal·lacions esportives.

CE4.2 Dirigir situacions simulades d'evacuació als seus companys, que es comporten com a persones usuàries fictícies de la instal·lació.

CE4.3 Revisar periòdicament la legislació bàsica sobre seguretat i salut laboral.

## Continguts

### 1. Instal·lacions aquàtiques - tipologies i dotació

- Criteris de classificació de les instal·lacions aquàtiques.
- Normativa actual de construcció i manteniment de les instal·lacions aquàtiques.
- L'accessibilitat a les instal·lacions aquàtiques: barreres arquitectòniques i mesures d'adaptació d'instal·lacions.
- Descripció dels equipaments i equips que conformen les instal·lacions aquàtiques.
- Sistemes de seguretat dels equipaments i equips que conformen les instal·lacions aquàtiques.
- Descripció dels materials habituals per al desenvolupament de les activitats de natació:
  - Prescripcions d'ús dels diferents materials, errors d'ús més freqüents.
  - Adaptació dels materials als diferents tipus d'usuaris: gestants, natació postpart, bebès, edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades.
- Pla de manteniment de les instal·lacions aquàtiques, els seus equipaments, equips i materials:

- El manteniment dels espais esportius i auxiliars: preventiu i correctiu.
- El manteniment dels equipaments i equips: preventiu i correctiu.
- El manteniment dels materials habituals: preventiu i correctiu.
- Confort ambiental i mesures d'estalvi.

## 2. Metodologia d'ensenyament i aprenentatge aplicada a les activitats de natació

- Teoria i bases fonamentals de l'aprenentatge i desenvolupament motor:
  - Elements del procés d'ensenyament.
  - Procés d'adquisició de l'habilitat motriu en el medi aquàtic: percepció, decisió, execució, informació de retorn (*feed back*).
  - Procés bàsic d'adquisició de les habilitats motrius.
  - Condicions de pràctica.
- Els estils d'ensenyament: adaptació a les activitats de natació per als diferents tipus d'usuaris i usuàries
- Disseny i desenvolupament de la sessió d'activitats de natació, per a la seva adequació a les necessitats i expectatives de cada tipus de persona usuària:
  - Identificació de les necessitats de cada tipus de persona usuària.
  - Establiment dels objectius didàctics.
  - Establiment dels continguts a desenvolupar en les diferents sessions d'activitats de natació.
  - Metodologia a utilitzar en el desenvolupament de les sessions d'activitats de natació.
  - Descripció dels recursos humans i materials necessaris per al desenvolupament de la sessió en condicions de seguretat i la seva adequació a les necessitats de l'usuari o usuària.
- La intervenció docent en la sessió d'activitats de natació:
  - L'estructura de la sessió.
  - Control bàsic del desenvolupament de la sessió, adaptada a les necessitats de cada tipus de persona usuària: grup de treball; ubicació i desplaçament de la professora o del professor i del grup; utilització i disposició del material.
  - Interacció tècnic-usuari.
  - Suports i mitjans gràfics de reforç informatiu durant el desenvolupament de la sessió.
- Control, seguiment i avaluació contínua dels resultats individuals, per a l'adaptació de les sessions a les necessitats dels diferents tipus d'usuaris i usuàries:
  - Control de la participació dels usuaris i usuàries.
  - Control de les contingències i previsió d'incidències.
  - Control de l'ús del material.

## 3. Hàbits i pràctiques complementàries a l'activitat física: salut i qualitat de vida

- L'estil de vida. Concepte i tipus.
- Estil de vida i salut: Concepte i components de la salut.
- Higiene individual i col·lectiva.
- Exercici físic.
- Aspectes determinants per a una alimentació saludable:
  - Conceptes bàsics d'alimentació i nutrició.

- Els nutrients: classificació, origen i funcions.
- Paràmetres per a l'elaboració d'una dieta equilibrada.
- Composició corporal, balanç energètic i control del pes:
  - Identificació del somatotip.
  - Índex de massa corporal.
  - Metabolisme basal i necessitats energètiques de cada un dels tipus de persones usuàries, en funció de l'activitat.
- Hàbits no saludables - conductes de risc per a la salut:
  - Tabac, alcohol, drogues.
  - Sedentarisme.
- Mesures i tècniques recuperadores:
  - Descripció de les diferents tècniques: beneficis.
  - Aplicació de les tècniques: mesures de prevenció i contraindicacions.
  - Metodologia d'aplicació: massatge, sauna, banys de vapor i banys termals.

#### 4. Seguretat i prevenció de riscos laborals i accidents a les instal·lacions aquàtiques.

- Legislació bàsica sobre seguretat i prevenció de riscos en instal·lacions aquàtiques:
  - Persones treballadores: prevenció de riscos laborals i normativa aplicable.
  - Normativa bàsica sobre l'autoprotecció individual de les persones treballadores: EPI (equips de protecció individual)
  - Persones usuàries: prevenció de riscos i accidents i normativa aplicable.
  - Equipaments, equips i materials: prevenció de riscos, normes d'utilització i normativa aplicable.
- Pla d'autoprotecció de la instal·lació aquàtica: simulacions fictícies amb personal d'instal·lació.
- Pla d'evacuació de la instal·lació aquàtica: simulacions fictícies amb personal i usuaris de la instal·lació.
- Riscos característics en l'ús de les instal·lacions aquàtiques: procediments operatius més comuns.

## UNITAT FORMATIVA 2

**Denominació:** INSTRUCCIÓ I DINAMITZACIÓ D'ACTIVITATS DE NATACIÓ

**Codi:** UF1717

**Durada:** 90 hores

**Referent de competència:** Aquesta unitat formativa es correspon amb la RP2, RP4 i RP5.

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Identificar i/o deduir els factors psicosociològics que poden incidir en la dinàmica relacional i en l'atenció a la clientela.





- CE1.1 Enumerar les característiques de les etapes del desenvolupament humà.
- CE1.2 Analitzar i aplicar les bases psicològiques de la formació i el desenvolupament de la personalitat al contacte amb la persona clienta-usuària.
- CE1.3 En supòsits pràctics, identificar signes i actituds d'emoció intensa i situacions de crisi, proposant estratègies d'actuació per potenciar-les o reconduir-les.
- CE1.4 Explicar les característiques comunes i peculiaritats psicològiques de determinats col·lectius especials.
- CE1.5 Especificar el tipus de relació que s'ha d'establir entre el tècnic o tècnica i la persona usuària quan arriba a la instal·lació, en funció de les característiques de dita persona.
- CE1.6 Identificar el tipus de comunicació utilitzat en diferents missatges i les estratègies emprades per aconseguir una bona comunicació.
- CE1.7 Descriure els elements i el funcionament del procés de comunicació al si dels grups, classificant i caracteritzant les seves diferents etapes i identificant els obstacles, barreres o altres elements crítics que habitualment el dificulten.
- CE1.8 Identificar les característiques de les diferents poblacions en l'àmbit psicosocial.
- CE1.9 Indicar la importància social de l'entrenament de la condició física en el lleure, la salut i la qualitat de vida.

C2: Dirigir sessions d'ensenyament i condicionament físic en activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries, aplicant la corresponent metodologia.

CE2.1 Demostrar la forma d'execució dels diferents exercicis, així com l'ús i maneig dels aparells i material tipus.

CE2.2 Indicar la informació que ha de rebre la persona usuària sobre:

- Ús i utilitat dels equips i material de suport.
- Requeriments d'indumentària i complements en funció dels objectius de la sessió.
- Forma de realitzar els diferents exercicis.

CE2.3 Determinar les actituds i els comportaments a adoptar davant de diferents tipologies d'usuari i o usuària.

CE2.4 Indicar les estratègies que es poden utilitzar per motivar la persona i el grup participant.

CE2.5 Analitzar els recursos que es poden utilitzar per donar suport al procés d'instrucció-assimilació dels exercicis i activitats del programa: demostració, ajuda visual, mitjans audiovisuals, descripcions, ajuts manuals i ajuts mecànics.

CE2.6 Indicar les dificultats d'execució en els diferents exercicis i les estratègies per reduir-les, així com els errors d'execució més freqüents, les seves causes i la manera d'evitar-los i/o corregir-los.

CE2.7 Indicar els paràmetres que s'han de tenir en compte per avaluar el desenvolupament de la sessió.

CE2.8 En diferents situacions simulades d'instrucció, entre d'altres:

- Donar informació clara i precisa sobre els objectius i continguts de la sessió, utilitzant el tipus de llenguatge indicat en cada cas (verbal, gestual i d'altres).
- Adoptar una posició respecte de la persona usuària individual o del grup que afavoreixi la comunicació.

- Adoptar l'actitud idònia que permeti controlar i motivar la participació en el grau requerit.
  - Observar les evolucions de les i dels participants i informar-los sobre els seus progressos o errors.
  - Utilitzar els mitjans i suports de reforç informatiu.
  - Reconèixer les limitacions i possibilitats de participació de cada persona usuària.
  - Detectar els errors d'execució i corregir moviments o postures errònies, tenint com a referent el model òptim des del punt de vista biomecànic.
    - Donar les indicacions adients per corregir els errors.
    - Proposar accions per optimitzar la motivació i fidelitat de la persona clienta-usuària.
  - Identificar les dificultats que en l'execució poden tenir les persones usuàries amb discapacitat per prevenir-les i/o corregir-les.
- CE2.9 En un supòsit pràctic d'exercicis de suplantació d'un perfil d'usuari o usuària, participar de forma activa en programes específics d'ensenyament-condicionament físic d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i d'usuàries, prèviament establerts, vivenciant de forma reflexiva l'efecte i l'experiència de participar en dits programes.

C3: Analitzar i definir els moviments característics en natació i habilitats aquàtiques relacionades des del punt de vista biomecànic i la seva implicació per a l'eficiència al nedar, així com la seva possible aplicació per al desenvolupament de la condició física i els possibles processos d'adaptació que provoquen a l'organisme.

CE3.1 Relacionar els tipus de palanques i la seva participació en els moviments del cos humà.

CE3.2 Classificar els principals moviments del cos humà en funció de:

- Els plans i eixos de l'espai.
- El tipus de contracció muscular.
- El tipus de força que els produeix.

CE3.3 Analitzar els moviments tècnics característics dels quatre estils de natació, sortides, viratges i totes les habilitats aquàtiques relacionades, identificant els aspectes crítics per aconseguir una eficiència òptima de desplaçament en el medi aquàtic.

CE3.4 Relacionar la dependència que existeix entre l'eficiència de desplaçament en el medi aquàtic i principis elementals de la física relatius a la hidrodinàmica, resistència i flotabilitat i, per extensió, també amb aspectes bàsics de biotipologia i composició corporal.

CE3.5 En diversos supòsits pràctics d'observació de nedadors i nedadores:

- Relacionar els diferents tipus de forces generades amb els desplaçaments que produeixen o modifiquen, descrivint els mecanismes d'acció que intervenen.
- Descobrir els possibles errors d'execució, prenent com a referència un model correcte des del punt de vista de la biomecànica i proposar les accions necessàries per corregir-los.

CE3.6 Descriure la resposta dels sistemes cardiorespiratori, metabòlic i muscular al desenvolupament de resistència aeròbica i anaeròbica, de força, de flexibilitat i de velocitat dins de l'aigua.

CE3.7 Enumerar els signes i símptomes de fatiga i sobrecàrrega en aquest tipus d'activitats.

CE3.8 Enumerar les contraindicacions absolutes i relatives a la pràctica de les diferents activitats aquàtiques.

CE3.9 Interpretar símbols i esquemes gràfics per representar moviments i exercicis tipus relacionats amb l'activitat de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

C4: Analitzar i dur a terme el procés d'avaluació de l'ensenyament-aprenentatge i del condicionament físic en natació i activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE4.1 Indicar els tipus d'avaluació i els aspectes que s'han d'avaluar en ensenyament i en el condicionament físic en natació i les habilitats aquàtiques relacionades.

CE4.2 Identificar els mètodes d'avaluació dels aprenentatges realitzats en natació i activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE4.3 Executar el procés d'avaluació de natació i d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries, en programes desenvolupats i degudament caracteritzats, simulant que els companys són usuàries i usuaris, segons les directrius donades.

CE4.4 Dominar les tècniques estadístiques elementals que ajudin a l'hora de processar els resultats de l'avaluació.

CE4.5 Interpretar les dades obtingudes per aplicar-les en la millora de futurs programes.

## Continguts

### 1. Fonaments de psicologia i sociologia aplicats al lleure i a les activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries

- Desenvolupament evolutiu.
- Característiques de les diferents etapes en relació amb la participació.
- Bases de la personalitat.
- Psicologia de grup.
- Individu i grup.
- Grup de pertinença i grup de referència.
- Qualitat de vida i desenvolupament personal.
- Necessitats personals i desenvolupament personal.
- Motivació.
- Actituds.
- Sociologia del lleure i l'activitat física esportiva.
- Processos d'adaptació social i situacions d'inadaptació.

### 2. Comunicació en les activitats de natació

- Teoria de la comunicació.
- Comunicació interna.
- Comunicació externa.
- Procés de comunicació:
  - Fases.
  - Barreres i elements crítics que dificulten la comunicació.



### 3. Direcció i intervenció en l'àmbit de les activitats de natació per als diferents tipus de persones usuàries

- Teoria i fonaments de la direcció i dinamització d'activitats de natació:
  - La direcció i dinamització segons les diferents tipologies d'activitats de natació.
    - Direcció i dinamització d'activitats de natació per als diferents tipus de persones usuàries:
      - Gestants.
      - Natació postpart.
      - Bebès.
      - Edat escolar.
      - Adults.
      - Majors de 65 anys.
      - Col·lectius de població especial.
      - Persones discapacitades: integració i normalització.
- Dinàmica de grups en les activitats de natació per a diferents tipus d'usuàries i usuaris:
  - Paper del tècnic o de la tècnica en el desenvolupament adequat de l'activitat.
  - Processos i metodologia d'intervenció en les activitats de natació.
  - Models d'animació.
  - Resolució de conflictes.
- Tècniques de comunicació en les activitats de natació:
  - Factors que afavoreixen la comunicació en les relacions interpersonals.
  - Models, normes i estils de comunicació.
  - Utilització del llenguatge en les activitats de natació: llenguatge icònic i audiovisual.

### 4. Normalització i integració de les persones amb discapacitat en les activitats de natació

- Els diferents tipus de discapacitat:
  - Definició i característiques.
  - Classificacions medicoesportives.
  - Característiques psicoafectives: discapacitat motriu, discapacitat psíquica, discapacitat sensorial.
- Adaptacions generals de les persones amb discapacitat a les activitats de natació:
  - Adaptació a l'esforç.
  - Factors limitants del moviment.
  - Adaptació de les habilitats bàsiques i específiques de les activitats de natació a les diferents capacitats.
  - Tests específics i de valoració funcional adaptat a cada tipus de discapacitat.
- Consideracions generals de manteniment dels materials protèsic i ortèsic.
- Criteris per a l'organització de les activitats de natació adaptades a les diferents discapacitats:
  - Adaptació de l'organització general de l'activitat: professor o professora i grup.
  - Adaptació de la metodologia d'instrucció i comunicació interpersonal.
  - Adaptació dels recursos materials i suports de reforç a la instrucció.
  - Adaptació de les activitats d'ensenyament i de jocs i recreatives.



- Normes bàsiques de seguretat i higiene en activitats de natació per a persones amb diferents tipus de discapacitats.
- Organismes i entitats a nivell local, autonòmic, nacional i internacional, relacionades amb les persones amb discapacitat.

## 5. Fonaments biomecànics del moviment humà aplicats a les activitats de natació

- Conceptes bàsics i enfocaments de la biomecànica.
- Nocions elementals de la mecànica:
  - Magnituds, unitats bàsiques i vectors.
  - Cinemàtica del moviment: Tipus de moviment, magnituds i equacions del moviment.
  - Estàtica: Equilibri mecànic i resolució d'un sistema de forces.
  - Dinàmica: Lleis de Newton, impuls mecànic i quantitat de moviment.
- Biomecànica de les tècniques aquàtiques - Forces en els desplaçaments aquàtics, salts, girs, llançaments i recepcions:
  - Plans corporals, eixos del cos, punts del cos, definicions de direccions i sistemes de referències.
  - Condicions d'equilibri en flotació: flotació estàtica, flotació dinàmica i flotació assistida.
  - Forces de resistència a l'avenç.
  - Forces propulsives generades pels membres superiors i inferiors.
  - Forces aplicades durant l'impuls i moviments en la fase aèria dels salts.
  - Girs en el medi aquàtic: eixos de rotació, girs i combinacions al voltant d'un o diversos eixos.
  - La combinació d'impulsos parcials i la transmissió de forces en llançaments i recepcions.
- Nomenclatura, representació gràfica i simbologia habitual per representar moviments i exercicis tipus.

## 6. Desenvolupament de la condició física en el medi aquàtic

- Teoria i bases de l'entrenament:
  - Concepte de condicionament físic, forma física i rendiment esportiu.
  - Principis generals de l'entrenament.
- Els sistemes d'energia en natació:
  - El sistema anaeròbic de producció d'energia: làctic i alàctic.
  - El sistema aeròbic de producció d'energia.
- Desenvolupament de la resistència aeròbica i anaeròbica en el medi aquàtic:
  - Objectius.
  - Mètodes i sistemes bàsics d'entrenament.
- Desenvolupament de la força en el medi aquàtic:
  - Objectius.
  - Manifestacions de la força: força màxima, força velocitat i força resistència.
  - Mètodes i sistemes bàsics d'entrenament.
- Desenvolupament de la velocitat:
  - Objectius.
  - Tipologies i classificació en funció de diferents factors.



- Mètodes i sistemes bàsics d'entrenament.
- Desenvolupament de la flexibilitat:
  - Objectius.
  - Concepte de mobilitat articular i elasticitat muscular.
  - Mètodes i sistemes bàsics d'entrenament.
- Principis generals per a la utilització dels diferents sistemes adaptats a les necessitats dels diferents tipus d'usuaris i usuàries.
- Criteris d'adaptació de la metodologia d'entrenament als diferents tipus d'usuaris i usuàries:
  - Edat escolar.
  - Joves.
  - Majors de 65 anys.
  - Col·lectius especials.
  - Persones amb discapacitat.

## 7. Teoria i pràctica de les activitats de natació

- Natació esportiva:
  - Descripció de les habilitats específiques de natació: els estils de natació.
  - Sortides i viratges.
  - Errors més freqüents en l'execució dels estils: exercicis de correcció.
- Natació sincronitzada:
  - Descripció de les habilitats específiques de natació sincronitzada: posicions bàsiques.
  - El suport musical: coreografies.
  - Errors més freqüents en l'execució de les diferents posicions: exercicis de correcció.
- Waterpolo:
  - Descripció de les habilitats específiques de waterpolo: sense i amb pilota.
  - Desplaçaments i llançaments.
  - El porter de waterpolo.
  - Errors més freqüents en l'execució de les diferents tècniques: exercicis de correcció.

## 8. Avaluació operativa de programes d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries

- Aspectes elementals de l'avaluació:
  - Objectius.
  - Avaluació de programes.
  - Avaluació de l'aprenentatge.
  - Procés de l'avaluació.
  - Mesures correctores atenent a l'avaluació.
  - Eines d'observació, control i avaluació.
- Control bàsic del desenvolupament de la sessió.
- Control de la participació.
- Control de la contingència i previsió d'incidències.
- Control de l'ús de la instal·lació, el seu equipament, equips i materials.

- Registre, tractament i interpretació de dades.
- Confecció de memòries.

### Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Unitats formatives           | Durada total en hores de les unitats formatives | N. d'hores màximes susceptibles de formació a distància |
|------------------------------|---|---|
| Unitat formativa 1 – UF1716. | 60  | 20  |
| Unitat formativa 2 – UF1717. | 90  | 30  |

Seqüència:

La seqüència d'impartició de les unitats formatives haurà de seguir l'ordre en el qual apareixen en el mòdul formatiu. Per accedir a la unitat formativa 2 s'ha d'haver superat la unitat formativa 1.

### Criteris d'accés per a l'alumnat

Seràn els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

### MÒDUL FORMATIU 4

Denominació: ESDEVENIMENTS I COMPETICIONS LÚDIQUES EN EL MEDI AQUÀTIC

Codi: MF1086\_3

Nivell de qualificació professional: 3

Associat a la unitat de competència:

UC1086\_3 Organitzar i col·laborar en competicions no oficials de nivell bàsic o social i esdeveniments ludicoesportius en el medi aquàtic.

Durada: 60 hores

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Definir la normativa per la qual es regeix l'esdeveniment o competició, aplicant el reglament dins de les funcions assignades per l'organització.

CE1.1 Reconèixer i aplicar la normativa general i el reglament de la competició o esdeveniment a controlar.

CE1.2 Identificar i utilitzar els instruments per al control i arbitratge de la competició o l'esdeveniment.

CE1.3 Comprovar l'operativitat de tots els recursos i del sistema de comunicació.

CE1.4 Adoptar actituds de comunicació amb els i les participants concordes amb el nivell de responsabilitat assignat per l'organització en el control i arbitratge.

CE1.5 Aplicar el protocol establert per a desenvolupament de la competició i el registre dels resultats.

C2: Elaborar programes de competicions no oficials i esdeveniments propis de les activitats de natació en funció d'una programació donada, per a diferents tipus d'usuaris (gestants, natació postpart, bebès, edat escolar, adults, majors de 65 anys, col·lectius especials, persones discapacitades, entre altres).

CE2.1 Analitzar i diferenciar els tipus de competicions, concursos i esdeveniments recreatius esportius més característics en funció dels potencials usuaris i usuàries i dels objectius marcats per a la promoció de l'activitat física en el medi aquàtic i la fidelització de la clientela.

CE2.2 Identificar les possibilitats de cada tipus d'instal·lació per a la programació d'esdeveniments recreatius i competicions esportives.

CE2.3 En un supòsit pràctic, concretar l'organització de celebracions, esdeveniments esportius i competicions en el medi aquàtic.

CE2.4 Incloure la celebració, esdeveniment o competició dins d'un context global d'activitats encara que amb finalitats pròpies.

CE2.5 Identificar els beneficis que proporciona la participació en celebracions i esdeveniments recreatius en el medi aquàtic als diferents tipus de poblacions.

CE2.6 Identificar els beneficis que produeix la participació en competicions de base en el procés d'ensenyament-aprenentatge i de participació social.

CE2.7 Analitzar la repercussió que tenen els diferents tipus d'esdeveniments i competicions en la difusió i promoció de les activitats en el medi aquàtic.

CE2.8 Preveure la forma d'avaluar l'esdeveniment o competició.

C3: Organitzar els recursos disponibles per al funcionament de l'esdeveniment.

CE3.1 En un supòsit pràctic d'organització degudament caracteritzat quant a tipus, objectius i mitjans disponibles:

- Reconèixer la normativa específica per a l'organització d'aquest tipus d'actes i aconseguir tots els permisos necessaris.
- Determinar amb criteris d'eficàcia i rendibilitat i d'acord amb els mitjans disponibles, els recursos humans i materials mínims per al correcte desenvolupament de l'acte.
- Constatar, amb caràcter previ a l'inici de les activitats, que les característiques, condicions dels espais i els recursos humans i materials s'ajusten a allò planificat.
- Programar i establir la seqüència de les tasques que s'hagin d'executar, establint les dates límit per a la seva realització.





- Confeccionar les llistes de participació que permetin el seguiment de l'esdeveniment o competició.
  - Concretar el calendari i cronograma o cronogrames i el nombre màxim de persones usuàries per activitat.
  - Dur a terme les accions de comunicació necessàries per a l'adequada difusió de la competició, concurs o esdeveniment recreatívesportiu entre els i les participants potencials.
  - Planificar les mesures de seguretat adequades per a cada tipus d'esdeveniment, preveient qualsevol tipus de contingència.
- CE3.2 En un supòsit pràctic de competició esportiva:
- Reconèixer les normatives i reglaments específics de cada prova, així com els criteris i la documentació necessària.
    - Elegir els components de l'equip més adequats a cada prova.
    - Concretar l'estratègia de competició a utilitzar.
  - Reconèixer les tècniques de comunicació i animació necessàries per mantenir la motivació de les i dels participants.
    - Recollir les dades i els resultats obtinguts en la competició.

C4: Dirigir trobades, esdeveniments i competicions d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuaris i usuàries.

CE4.1 Comprovar les mesures de seguretat i la idoneïtat de la instal·lació.

CE4.2 Concretar les diferents àrees i responsabilitats de cada una d'elles.

CE4.3 Identificar les necessitats de personal i ubicar cada tècnic o tècnica en la seva àrea de responsabilitat.

CE4.4 Elegir i utilitzar els mitjans de comunicació més eficaços entre els diferents punts de la instal·lació.

CE4.5 Comprovar l'operativitat de tots els recursos que s'utilitzaran.

CE4.6 Coordinar el funcionament de tota l'organització en el transcurs de l'esdeveniment o competició, aplicant el protocol establert en funció del tipus d'activitat i de les característiques de les persones usuàries.

CE4.7 Supervisar el desenvolupament de les activitats recreatives o esportives, corregint deficiències i atenent les possibles contingències que puguin produir-se.

CE4.8 Formalitzar la documentació que es derivi del desenvolupament de l'acte.

C5: Acompanyar esportistes en grup o de forma individual a competicions esportives.

CE5.1 Concretar els mitjans de transport necessaris per al desplaçament.

CE5.2 Reconèixer i gestionar la documentació necessària i comprovar que la tramitació s'ha realitzat correctament.

CE5.3 Utilitzar les estratègies de motivació i els sistemes de comunicació per optimitzar la implicació del competidor o de la competidora en la prova.

CE5.4 Seleccionar les i els participants i pal·liar les possibles absències amb els canvis necessaris.

CE5.5 Mantenir una dinàmica grupal positiva al marge dels resultats obtinguts.

CE5.6 Recollir les dades que puguin ser rellevants per a l'avaluació en el transcurs de la competició.

C6: Descriure i aplicar mètodes i instruments d'avaluació sobre el desenvolupament i resultat de l'esdeveniment o la competició, utilitzant els resultats obtinguts per a posteriors trobades, esdeveniments o competicions esportives.

CE6.1 Recollir totes les dades susceptibles de ser utilitzades per a l'avaluació al llarg de l'esdeveniment o la competició, així com les marques i resultats obtinguts.

CE6.2 Identificar i valorar-baremar els paràmetres que són susceptibles d'avaluar i que serviran per a posteriors competicions o esdeveniments.

CE6.3 Dominar les tècniques estadístiques que ajudin a l'hora de processar i registrar els resultats de la competició.

CE6.4 Interpretar les dades obtingudes per aplicar-les en la millora de futures planificacions.

## Continguts

### 1. Planificació i organització d'activitats ludicorecreatives, esdeveniments i competicions en el medi aquàtic

- Anàlisi descriptiva dels diferents tipus de celebracions i esdeveniments d'activitats de natació, adaptats a cada un dels tipus de persones usuàries:

- Activitats continuades.
- Manifestacions de caràcter esporàdic i/o puntual: petites, mitjanes i grans.
- Els jocs: tradicionals, moderns, alternatius, adaptacions als col·lectius especials i de persones discapacitades.
- Competicions i esdeveniments esportius.
- Adequació de les característiques de les activitats, jocs i esdeveniments, segons el tipus d'instal·lació.
- Adequació de les característiques de les activitats, jocs i esdeveniments, segons l'àmbit territorial.
- Adequació de les característiques de les activitats, jocs i esdeveniments, segons les característiques i necessitats de les persones usuàries a les quals s'adreça.

- Fases de l'organització d'un esdeveniment - activitat ludicorecreativa - competició:

- Planificació de l'esdeveniment.
- Desenvolupament de l'estructura organitzativa: funcions i responsabilitats.
- Procés d'organització: definició de les àrees de responsabilitat.
- Direcció i control de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa concorde al programa elaborat per al desenvolupament de dit esdeveniment: control de contingències i previsió d'imprevistos.

- Àrea d'operacions i serveis:

- Planificació dels RRHH necessaris: funcions i responsabilitats.
- Planificació dels RRMM necessaris.



- Acreditacions dels diferents RRHH relacionats amb l'organització, el desenvolupament i la participació en l'esdeveniment.
- Mesures de seguretat i control de l'organització i desenvolupament de l'esdeveniment.
- Gestió del voluntariat.
- Àrea d'infraestructures:
  - Condicionament i idoneïtat de les instal·lacions i equipaments esportius per al desenvolupament de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa.
  - Estudi, organització i previsió d'accessos, vies de comunicació i aparcaments a la instal·lació seu de l'esdeveniment.
- Àrea d'organització esportiva:
  - Programa esportiu de l'esdeveniment.
  - Relació amb altres entitats col·laboradores i/o participants.
  - Material i equipaments esportiu necessaris: fases d'ubicació, utilització, seguretat, reposició i emmagatzematge.
- Àrea de mitjans informatius:
  - Mitjans de comunicació: presentació i difusió.
- Àrea de relacions públiques i comercialització:
  - Relacions públiques: protocols, cerimònies d'inauguració i clausura, lliurament de trofeus o obsequis.
  - Comercialització: marxandatge, entrades, publicitat.
  - Mercat de la comunicació: descripció de l'esdeveniment, emplaçament, programa-participants, difusió, promoció, patrocini.
- Administració:
  - Procediments administratius bàsics.
  - Resum d'ingressos i despeses.

## 2. Normativa, reglaments, arbitratges i control dels esdeveniments i competicions d'activitats de natació

- Elaboració de la normativa general d'ús de la instal·lació en la qual es desenvoluparà l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa.
- Elaboració de la normativa específica de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa:
  - Cronograma de l'activitat.
  - Reglament de l'esdeveniment en funció dels tipus de participants, categories, característiques de l'activitat.
  - Reglament d'arbitratge del desenvolupament de l'activitat.
  - Eines informàtiques i mecanismes que facilitaran l'arbitratge de l'activitat: normes d'utilització.
- Elaboració del programa de control de la participació i desenvolupament de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa en el medi aquàtic:
  - Fases del programa del control.
  - Principals elements de l'esdeveniment i/o activitat a controlar.

- La seguretat com a element fonamental en el desenvolupament d'un esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa en el medi aquàtic.

### 3. Noves tecnologies aplicades a l'avaluació i gestió de resultats dels esdeveniments d'activitats de natació

- Metodologia d'avaluació en els esdeveniments i/o activitats esportives en el medi aquàtic:
  - Objectius i beneficis de l'avaluació.
  - Paràmetres a avaluar en l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa en el medi aquàtic.
  - Instruments i eines amb suport informàtic per a l'avaluació d'esdeveniments i/o activitats ludicorecreatives en el medi aquàtic.
  - Procés d'aplicació dels instruments i programes d'avaluació definits en la planificació de l'esdeveniment i/o activitat en el medi aquàtic.
- Metodologia i processos de gestió i aplicació de les dades obtingudes a través dels sistemes de control i avaluació de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa en el medi aquàtic:
  - Objectius i beneficis de la gestió, tractament i aplicació de dades.
  - Elaboració de la memòria de l'esdeveniment i/o activitat ludicorecreativa.

### 4. La figura de la professora o professor i/o de l'entrenador o entrenadora en l'àmbit de les competicions reglades

- Planificació del calendari d'esdeveniments i competicions:
  - Criteris de valoració dels diferents esdeveniments en funció de les seves característiques: categoria, data de celebració, lloc i instal·lació de les seues, adequació als objectius programats per al desenvolupament de l'activitat de natació concreta.
  - Cronograma d'esdeveniments, competicions i proves.
  - Adequació de la planificació de la participació en esdeveniments, a les característiques i necessitats dels diferents tipus de persones usuàries i/o esportistes.
- Programació de l'assistència als esdeveniments amb seu diferent de la d'origen:
  - Gestió dels recursos necessaris per a la participació en l'esdeveniment: transport, documentació, llistes d'assistència.
  - Procés de comunicació als i a les participants en els esdeveniments esportius planificats en el cronograma de proves.
- L'entrenadora o entrenador com a element canalitzador dels beneficis de la participació en esdeveniments esportius i competicions de les activitats de natació:
  - Desenvolupament evolutiu.
  - Característiques de les diferents etapes en relació amb la participació.
  - Bases de la personalitat.
  - Psicologia de grup.
  - Individu i grup.
  - Grup de pertinença i grup de referència.
  - Qualitat de vida i desenvolupament personal.
  - Necessitats personals i desenvolupament personal.
  - Motivació.

- Actituds.  
- Sociologia del lleure i l'activitat física i esportiva.

### Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Mòdul formatiu             | Durada total en hores de les unitats formatives | N. d'hores màximes susceptibles de formació a distància |
|----------------------------|---|---|
| Mòdul formatiu - MF1086_3. | 60  | 20  |

### Criteris d'accés per a l'alumnat

Serán els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

### MÒDUL FORMATIU 5

Denominació: PRIMERS AUXILIS

Codi: MF0272\_2

Nivell de qualificació professional: 2

Associat a la unitat de competència:

UC0272\_2 Assistir com a primer intervinent en cas d'accident o situació d'emergència.

Durada: 40 hores

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Identificar les característiques de l'assistència com a primer intervinent.

CE1.1 Definir els conceptes d'urgència, emergència i catàstrofe.

CE1.2 Explicar el concepte de sistema integral d'urgències i emergències i descriure l'organització dels sistemes d'emergència.

CE1.3 Manejar la terminologia mèdica i sanitària elemental.

CE1.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, aplicar les tècniques d'autoprotecció davant possibles lesions derivades de la manipulació de persones accidentades.



CE1.5 Descriure el contingut mínim d'una farmaciola d'urgències i les indicacions de les substàncies i medicaments.

C2: Aplicar tècniques de valoració inicial segons el protocol establert accedint a la persona accidentada de forma oportuna i generant un entorn segur.

CE2.1 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, accedir a la persona accidentada:

- Identificant i justificant la millor forma d'accés a la persona accidentada.
- Identificant els possibles riscos.
- Assegurant la zona segons el procediment oportú.
- Efectuant les maniobres necessàries per accedir a l'accidentat o accidentada.

CE2.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, seguir les pautes d'actuació segons protocol per a la valoració inicial d'una accidentada o accidentat.

CE2.3 Identificar situacions de risc vital i definir les actuacions que comporten.

C3: Aplicar tècniques de suport vital segons el protocol establert.

CE3.1 Descriure els fonaments de la reanimació cardiopulmonar bàsica i instrumental.

CE3.2 Descriure les tècniques bàsiques de desobstrucció de la via aèria.

CE3.3 Aplicar les tècniques bàsiques i instrumentals de reanimació cardiopulmonar sobre maniquins.

CE3.4 Aplicar les tècniques bàsiques de reanimació cardiopulmonar sobre maniquins utilitzant equip d'oxigenoteràpia i desfibril·lador automàtic.

C4: Identificar els primers auxilis que s'han de prestar per a les lesions o patologies més freqüents i aplicar les tècniques de primers auxilis segons els protocols establerts.

CE4.1 Indicar les lesions, patologies o traumatismes més significatius i els aspectes a tenir en compte per a la seva prevenció, en funció del medi en el qual es desenvolupa l'activitat precisant:

- Les causes que el produeixen.
- Els símptomes i signes.
- Les pautes d'actuació.

CE4.2 Discriminar els casos i/o circumstàncies en els que no s'ha d'intervenir directament per excés de risc o per ser específics d'altres professionals.

CE4.3 Discriminar les tècniques que no ha d'aplicar el primer intervingent de forma autònoma, per excés de risc o per ser específiques d'altres professionals.

CE4.4 En diferents situacions d'accidents simulats on es presentin diferents tipus de lesions, determinar:

- Les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesions
- Les tècniques de primers auxilis que s'han d'aplicar.

C5: Aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permetin l'evacuació de la persona accidentada si fos necessari.

CE5.1 Explicar i aplicar els mètodes bàsics per efectuar el rescat d'un accidentat o accidentada.

CE5.2 Explicar i aplicar els mètodes d'immobilització aplicables quan la persona accidentada ha de ser traslladada.

CE5.3 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat de mobilització i immobilització d'un accidentat o accidentada, elegir el mètode més adequat, donades les possibles lesions de la persona accidentada i/o les circumstàncies dels accidents.

CE5.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat, explicar i aplicar a la persona accidentada les mesures posturals més adequades.

CE5.5 Explicar i aplicar les repercussions que un trasllat inadequat pot tenir en la persona accidentada.

CE5.6 Confeccionar lliteres i sistemes per a la immobilització i transport de persones malaltes i/o accidentades utilitzant materials convencionals i inespecífics o mitjans de fortuna.

C6: Aplicar tècniques de suport psicològic a la persona accidentada i a familiars.

CE6.1 Explicar els principis bàsics de la comunicació amb l'accidentat o accidentada.

CE6.2 Explicar els mecanismes de defensa de la personalitat i la seva aplicació pràctica.

CE6.3 Enumerar els diferents elements de la comunicació.

CE6.4 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat d'una situació que dificulta la comunicació i on es presta assistència a una persona accidentada, aplicar tècniques facilitadores de la comunicació interpersonal.

C7: Aplicar tècniques d'autocontrol davant de situacions d'estrès.

CE7.1 Enumerar els factors que predisposen a l'ansietat en les situacions d'accident o emergència.

CE7.2 En un supòsit pràctic degudament caracteritzat on s'especifiquen diferents situacions de tensió ambiental, especificar les tècniques a emprar per a:

- Controlar una situació de dol.
- Controlar situacions d'ansietat i angoixa.
- Controlar situacions d'agressivitat.

CE7.3 Davant d'un supòsit d'aplicació de primers auxilis no reeixit (mort de la persona accidentada), descriure les possibles manifestacions d'estrès de la persona que socorre i indicar les accions per superar psicològicament el fracàs.

## Continguts

### 1. Fonaments de primers auxilis

- Conceptes:
  - Definicions d'accident, urgència i emergència.
  - Definició de primers auxilis.
- Objectius i límits dels primers auxilis.
- Aspectes eticolegals en el primer intervinent:
  - Perfil, competències i actituds.
  - Ètica professional i codi deontològic.



- Marc legal i responsabilitat: normes civils, normes penals.
- Actuació del primer intervingent:
  - Riscos en la intervenció.
  - Seguretat i protecció durant la intervenció.
  - Prevenció de contagis i malalties.
- Anatomia i fisiologia bàsiques per a primers auxilis:
  - Conceptes bàsics d'anatomia i fisiologia.
  - Sistemes: respiratori, cardiocirculatori, neurològic, digestiu, genitourinari, endocrí, tegumentari, osteomuscular.
  - Signes i símptomes.
  - Terminologia bàsica mèdica i sanitària.
- Tècniques de suport psicològic en primers auxilis:
  - Principis de psicologia general.
  - Principis de la comunicació: canals i tipus de comunicació, comunicació entre primers intervingents, assistent-accidentat i assistent-família.
  - Mecanismes de defensa de la personalitat.
  - Habilitats socials en situacions de crisi: escolta activa, resposta funcional, comunicació operativa.
  - Perfil psicològic de la víctima.
  - Suport psicològic davant de situacions d'emergència: crisi, dol, tensió, agressivitat, ansietat.
  - Tècniques d'autocontrol davant de situacions d'estrès:
  - Mecanismes de defensa.
  - Mesures, tècniques i estratègies d'autocontrol emocional per superar situacions d'ansietat, agressivitat, angoixa, dol i estrès.
  - Afrontament i autocura.

## 2. RCP bàsica i obstrucció de la via aèria per cos estrany

- La cadena de supervivència:
  - Activació precoç de l'emergència.
  - RCP (reanimació cardiopulmonar) bàsica precoç.
  - Desfibril·lació precoç.
  - Cures avançades precoces.
- RCP bàsica:
  - Comprovació del nivell de consciència.
  - Obertura de la via aèria.
  - Avís al 112.
  - Inici i continuïtat en la RCP bàsica: massatge cardíac, tècniques de respiració artificial.
  - Utilització del desfibril·lador extern automàtic.
  - Posició lateral de seguretat.
- RCP bàsica en casos especials:
  - Embarassades.
  - Lactants.





- Nens.
- Obstrucció de via aèria:
  - Víctima conscient.
  - Víctima inconscient.
- Aplicació d'oxigen.

### 3. Tècniques i maniobres de la primera assistència a la persona accidentada

- La o el pacient traumàtic:
  - Valoració primària.
  - Valoració secundària.
  - Valoració del o de la pacient traumàtic.
  - Traumatismes toracicoabdominals.
  - Traumatismes cranioencefàlics.
  - Traumatismes de la columna vertebral.
  - Recursos materials per realitzar immobilitzacions.
  - Immobilitzacions.
  - Trasllats.
- Traumatismes en extremitats i parts toves:
  - Traumatismes en extremitats: oberts, tancats.
  - Traumatismes en parts toves: contusions, ferides.
- Trastorns circulatoris:
  - Síncopes.
  - Hemorràgies.
  - Xocs.
- Lesions produïdes per calor o fred:
  - Lesions produïdes per calor: insolació, esgotament per calor, cop de calor, cremades.
  - Lesions produïdes per fred: hipotèrmia, congelacions.
- Picadures:
  - Picadures per serps.
  - Picadures per peixos.
  - Picadures per insectes.
  - Picadures o mossegades d'altres animals.
- Urgències mèdiques:
  - Generals.
  - Específiques: dificultat respiratòria, dolor toràcic, alteració de l'estat mental, abdomen agut, intoxicacions (per inhalació, per absorció, per ingestió i per injecció), conductuals.
- Intervenció prehospitalària en ofegaments i persones lesionades medul·lars en el medi aquàtic:
  - Davant d'ofegaments de grau 1.
  - Davant d'ofegaments de grau 2.
  - Davant d'ofegaments de grau 3.
  - Davant d'ofegaments de grau 4.
  - Davant d'ofegaments de grau 5.

- Davant de possibles persones lesionades medul·lars.
- La farmaciola de primers auxilis i la infermeria:
  - Conservació i bon ús de la farmaciola.
  - Continguts de la farmaciola.
  - Infermeria: característiques, recursos materials en instrumental i fàrmacs bàsics.

#### 4. Assistència a víctimes amb necessitats especials, emergències col·lectives i catàstrofes

-Víctimes amb necessitats especials:

- Nens.
- Persones grans.
- Persones en situació de discapacitat: física, intel·lectual, sensorial, pluridiscapacitat.

-Sistemes d'emergència:

- Sistemes integrals d'urgències.
- Protecció civil.
- Coordinació en les emergències.

-Accidents de trànsit:

- Ordre d'actuació.
- Classificació de persones ferides en l'accident.
- Recursos relacionats amb la seguretat de la circulació.

-Emergències col·lectives i catàstrofes:

- Mètodes de triatge.

#### Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Mòdul formatiu             | Durada total en hores de les unitats formatives | N. d'hores màximes susceptibles de formació a distància |
|----------------------------|---|---|
| Mòdul formatiu – MF0272_2. | 40  | 10  |

#### Criteris d'accés per a l'alumnat

Seràn els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

#### MÒDUL FORMATIU 6

**Denominació:** RESCAT DE PERSONES ACCIDENTADES EN INSTAL·LACIONS AQUÀTIQUES

**Codi:** MF0271\_2

**Nivell de qualificació professional:** 2

**Associat a la unitat de competència:**



UC0271\_2. Rescatar persones en cas d'accident o situació d'emergència en instal·lacions aquàtiques.

Durada: 90 hores

### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Valorar situacions d'emergència a la instal·lació aquàtica, establint els procediments a seguir en cas de ser necessari el rescat aquàtic.

CE1.1 Descriure les conductes de la persona que creu ofegar-se, establint les conseqüències d'aquesta conducta.

CE1.2 Donat un suposat de situació d'emergència en el que es defineix prou el context físic, l'activitat i la conducta de les persones usuàries, identificar i descriure les pautes a seguir per optimitzar la seguretat, tant de la persona accidentada com de la resta dels usuaris i usuàries.

CE1.3 En un supòsit ben definit de situació en què cal intervenir, analitzar la situació i determinar els materials que poden utilitzar-se com a mitjans de suport per al socors de persones en perill: boies, braços de rescat, cèrcols de rescat, determinant els pros i els contres de les possibilitats.

CE1.4 En una situació simulada on es requereix el rescat aquàtic d'una o més persones:

- Analitzar les característiques de la instal·lació aquàtica natural o artificial que puguin ser causa de risc: corrent, temperatura, obstacles, etc.
  - Identificar la zona per on passar i el lloc d'entrada i sortida de l'aigua.
- Establir la comunicació més adequada a les característiques de la situació (amb la companya o el company, amb els usuaris i usuàries del voltant, amb els mitjans de socors, etc.).
  - Seleccionar les tècniques per realitzar el rescat aquàtic (entrada, aproximació, presa de contacte i control, trasllat en el medi aquàtic i extracció), en funció de les característiques del supòsit.

CE1.5 Realitzar l'anàlisi crítica i l'avaluació de cada un dels supòsits, establint propostes de millora de forma justificada.

C2: Executar amb seguretat i eficàcia les maniobres d'entrada, aproximació, control i trasllat en el medi aquàtic, adaptant-les a diferents situacions.

CE2.1 Executar entrades a l'aigua en funció de l'accessibilitat, la proximitat i les característiques de l'aigua, executant-les correctament.

CE2.2 Executar correctament les tècniques natatòries d'aproximació a la persona accidentada.

CE2.3 Realitzar 25 m de rescat de maniquí amb la vestimenta pròpia del o de la socorrista en un temps màxim de 45 segons, complint la següent seqüència: posició de partida dempeus, després del senyal entrar a l'aigua, realitzar 12,5 metres de natació lliure, recollir el maniquí del fons de la piscina en la seva part més profunda i remolcar-lo 12,5 metres sense que l'aigua passi per sobre de les seves vies respiratòries.

CE2.4 Descriure les normes a seguir en el control de la persona conscient en procés d'ofegar-se, descrivint i demostrant correctament les tècniques d'escapoliment.



CE2.5 Mantenir-se en l'aigua en situació d'equilibri i amb el cap fora, amb moviments de cames i/o braços, sense desplaçament.

CE2.6 Explicar i aplicar les tècniques de subjecció i trasllat de la víctima en el medi aquàtic, mantenint les seves vies respiratòries fora de l'aigua i executant la tècnica idònia.

CE2.7 Davant d'un supòsit d'una persona accidentada conscient/inconscient, realitzar l'aproximació, control i trasllat de la persona accidentada en el medi aquàtic, utilitzant diferents materials i tècniques, realitzant una anàlisi crítica i avaluació de cada un dels supòsits realitzats i establint propostes de millora de forma justificada.

CE2.8 Realitzar 50 metres de rescat de maniquí en un temps màxim d'1 minut 10 segons, complint la següent seqüència: posició de partida dempeus, després del senyal entrar a l'aigua, realitzar 25 metres de natació lliure, recollir el maniquí del fons de la piscina en la seva part més profunda i remolcar-lo 25 metres sense que l'aigua passi per sobre de les seves vies respiratòries.

CE2.9 Realitzar 75 metres amb desplaçament terrestre i material de rescat en un temps màxim d'1 minut 30 segons, complint la següent seqüència: posició de partida dempeus, amb banyador, samarreta de màniga curta i xanquetes; després del senyal realitzar 12,5 metres en desplaçament terrestre; recollir el material de rescat determinat prèviament, que estarà penjat a una alçada normal (entre 1,5 i 2 metres), o bé col·locat verticalment al terra; realitzar els restants 12,5 metres de desplaçament terrestre amb el material; entrar a l'aigua de forma correcta amb dit material; realitzar 25 metres de natació lliure; agafar correctament una persona que fingeix inconsciència (a la superfície i d'esquena a l'alumne) i remolcar-la 25 metres utilitzant el material de forma correcta, sense que l'aigua passi per sobre de les seves vies respiratòries.

CE2.10 Realitzar 100 metres de rescat de maniquí amb aletes en un temps màxim de 2 minuts, complint la següent seqüència: posició de partida de peu amb aletes a la mà; després del senyal col·locar-se les aletes, entrar a l'aigua, realitzar 50 metres de natació lliure amb aletes, recollir el maniquí del fons de la piscina en la seva part més profunda i remolcar-lo 50 metres sense que l'aigua passi per sobre de les seves vies respiratòries.

C3: Realitzar les maniobres d'extracció del medi aquàtic d'una possible persona accidentada amb seguretat i eficàcia.

CE3.1 Realitzar l'extracció de l'aigua d'un possible accidentat o accidentada conscient/inconscient i sense afectació medul·lar conforme als protocols i aplicant la tècnica correctament.

CE3.2 Descriure les característiques d'un possible accidentat o accidentada medul·lar en el medi aquàtic.

CE3.3 Descriure les conseqüències d'una manipulació incorrecta en un afectat o afectada medul·lar.

CE3.4 Enumerar i descriure la forma d'ús dels materials que poden utilitzar-se per a l'extracció del medi aquàtic d'un possible afectat o afectada medul·lar.

CE3.5 Davant d'un supòsit, on un company simula ser una persona accidentada amb afectació medul·lar, realitzar l'extracció del subjecte utilitzant el material adequat, organitzant a un grup

de 2 i/o 3 socorristes de manera concorde amb els protocols i aplicant les tècniques correctament.

CE3.6 Realitzar l'anàlisi crítica i l'avaluació de cada un dels supòsits realitzats, establint propostes de millora de forma justificada.

C4: Gestionar la informació a la persona accidentada o acompanyants en funció de la situació d'emergència.

CE4.1 Descriure les pautes en la comunicació amb la persona accidentada durant el moment del control en l'aigua.

CE4.2 Descriure les pautes de comunicació i el missatge a la persona accidentada durant el seu trasllat en el medi aquàtic i el procés d'extracció.

CE4.3 Davant d'una situació simulada de rescat, on es preveuen les condicions ambientals, els mitjans materials i humans i la conducta dels usuaris i usuàries, realitzar les següents accions:

- Establir comunicació amb una possible persona accidentada amb tarannà tranquil·litzador i cordial, alhora que es realitza la intervenció sobre el suposat accidentat o accidentada.
- Establir comunicació amb els altres usuaris i usuàries, informant-los clarament i taxativament de la conducta que han de realitzar per evitar que empitjori la situació o sol·licitant col·laboració per realitzar alguna maniobra.
- Establir comunicació amb els suposats familiars de l'accidentat o accidentada, tranquil·litzant-los i informant-los del seu estat i evolució.

C5: Aplicar tècniques d'autocontrol davant de situacions d'emergència.

CE5.1 Descriure les tècniques d'autocontrol en la resolució de situacions d'emergència.

CE5.2 Davant d'un supòsit on es determinin les condicions de la intervenció: característiques de la persona accidentada, lloc de la intervenció i distància fins a la persona, descriure les tècniques de control de l'ansietat que pot utilitzar el o la socorrista durant les maniobres de rescat aquàtic i elaborar una proposta concreta de dites maniobres per utilitzar durant la presumpta intervenció.

CE5.3 En un supòsit pràctic on sigui precís traslladar una persona accidentada, aplicar tècniques de control cognitiu, físic o conductual per al control de l'ansietat durant el trasllat.

## Continguts

### 1. Busseig bàsic

- Nocions físiques aplicades al busseig:
  - La pressió hidrostàtica.
  - La Llei de Boyle - Mariotte.
  - El principi d'Arquímedes.
- Busseig amb equip subaquàtic senzill: aletes, ulleres i tub:
  - Principis per a la pràctica del busseig.
  - Busseig i rastreig en la recerca de persones accidentades.
- Modificacions de la visió:



- Modificacions acústiques: la reflexió de la llum, la refracció, l'absorció i la difusió.
- Canvis tèrmics.

## 2. Intervenció en el socorrisme aquàtic

- Característiques de l'aigua i consideracions relatives a roba i calçat.
- Organització del salvament i socorrisme.
- La percepció del problema: elements essencials en la percepció.
- L'anàlisi de la situació.
- La presa de decisions.
- Execució de les accions de rescat.

## 3. Tècniques de rescat en instal·lacions aquàtiques

- De localització, punts de referència i composició de lloc.
- La utilització del material com a mitjà auxiliar de rescat aquàtic:
  - El cèrcol salvavides.
  - El tub de rescat.
  - La boia torpede.
- Tècniques d'entrada a l'aigua:
  - Sense material.
  - Amb material.
- Tècniques d'aproximació a la persona accidentada:
  - Els estils de natació adaptats al salvament.
  - L'estil crol i les seves adaptacions.
  - L'estil braça i el cop de peu de braça invertit.
  - L'estil d'esquena i la seva adaptació al remolc.
  - El cop de peu de papallona i les seves aplicacions.
  - Tècniques d'aproximació amb material de salvament.
- Tècniques de presa de contacte, control i valoració de la víctima:
  - Conscient: Els escapoliments: definició i tipus.
  - Inconscient.
- Tècniques de trasllat de persones accidentades:
  - Sense material.
  - Amb material.
- Tècniques d'extracció de la persona accidentada:
  - Sense material.
  - Amb material.
- La persona accidentada amb lesió medul·lar o politraumatitzada:
  - Entrada a l'aigua, aproximació, control i extracció.
- L'evacuació de la persona accidentada:
  - Coordinació amb altres recursos.
- Tècniques de reanimació en l'aigua.

#### 4. Estratègies de conducta, aspectes psicològics en la fase crítica del rescat

- Conducta de la persona que creu ofegar-se.
- Actituds i resposta del socorrista.
- Maneig de la situació.
- Tècniques de control de l'ansietat per al propi socorrista:
  - A nivell cognitiu.
  - A nivell fisiològic.
  - A nivell conductual.

#### 5. Comunicació aplicada a situacions d'emergència

- Tècniques de comunicació verbal i no verbal:
  - Amb la persona accidentada.
  - Amb els companys o auxiliars accidentals.
  - Amb la resta d'usuaris i usuàries/públic.
- Habilitats socials.
- Comunicació en situacions conflictives durant el rescat i resolució de conflictes.

#### Orientacions metodològiques

Formació a distància:

| Mòdul formatiu             | Durada total en hores de les unitats formatives | N. d'hores màximes susceptibles de formació a distància |
|----------------------------|---|---|
| Mòdul formatiu – MF0271_2. | 90  | 30  |

#### Criteris d'accés per a l'alumnat

Seràn els establerts a l'article 4 del Reial decret que regula el certificat de professionalitat de la família professional al qual acompanya aquest annex.

#### MÒDUL DE PRÀCTIQUES PROFESSIONALS NO LABORALS D'ACTIVITATS DE NATACIÓ

Codi: MP0368

Durada: 160

#### Capacitats i criteris d'avaluació

C1: Analitzar, assistir i aplicar la bateria de proves, tests i qüestionaris utilitzats per l'entitat per a la determinació de la condició física, biològica, nivell de destresa aquàtica, interessos, motivacions i grau d'autonomia dels diferents usuaris i usuàries.

CE1.1 Identificar els diferents tests, proves i qüestionaris utilitzats a la bateria de valoració inicial, analitzant l'adequació de dits tests així com el seu protocol d'aplicació a les diferents tipologies dels usuaris i usuàries de les activitats de natació, i en el seu cas, proposant alternatives de modificació o complement.

CE1.2 Aplicar els tests o proves:

- Demostrant personalment la forma de realitzar-los.
- Indicant les normes de seguretat que s'han d'observar.
- Identificant les condicions fisiològiques o patològiques en les quals estan contraindicats.
- Identificant signes indicadors de risc abans i/o durant la seva execució.
- Subministrant els ajuts que requereixen els usuaris i usuàries, especialment a aquells que tenen un menor grau d'autonomia personal.
- Registrant el resultat obtingut en el model i suport establerts.

CE1.3 Determinar les característiques, necessitats, interessos i expectatives de diferents usuàries i usuaris i la forma d'utilitzar aquesta informació de forma preferent en l'anàlisi diagnòstica.

CE1.4 Descriure les situacions de risc que es poden presentar davant del desenvolupament d'activitats en instal·lacions aquàtiques i la forma de detectar-les.

CE1.5 Descriure i optimitzar les possibilitats operatives d'utilització dels recursos materials i humans:

- Establint la proporció més adequada.
- Distribuïnt el material disponible en funció de les necessitats que imposen les característiques de les persones usuàries i els programes de formació-condicionament físic de natació i activitats de natació.
- Elaborant un pla de coordinació amb altres àrees i/o tècnics i tècniques de l'entitat.

C2: Col·laborar en el disseny i concreció dels objectius operatius dels programes d'activitats de natació, a partir de la informació disponible i la programació general de referència.

CE2.1 Descriure el material, els aparells, els exercicis i les tasques que es preveuen utilitzar en el programa de natació, en funció de les característiques i necessitats dels usuaris i usuàries i de les habilitats-capacitats a desenvolupar, així com els criteris que determinen la seguretat, adequació i efectivitat del programa.

CE2.2 Formular els objectius operatius en funció de les seves característiques, interessos, necessitats, mitjans i temps disponible, de manera que siguin verificables, mesurables, realitzables, precisos i motivadors.

C3: Ajudar i col·laborar en l'elaboració d'un programa d'activitats de natació per a diferents tipus d'usuàries i usuaris, a partir dels objectius operatius, expectatives i característiques de dits usuaris i usuàries.

CE3.1 Identificar i descriure les característiques de la instal·lació aquàtica, materials, i equips més utilitzats, així com les precaucions a tenir en compte i les possibles adaptacions en la seva utilització.

CE3.2 Justificar la selecció de les metodologies didàctiques i de les estratègies d'instrucció.



CE3.3 Elaborar un programa d'activitats de natació, determinant:

- El tipus de sessions descrivint la metodologia d'instrucció, les progressions d'ensenyament i la càrrega d'entrenament a partir del volum i la intensitat.
- Les fases que ha de tenir la sessió d'entrenament i explicar les característiques de cada una d'elles, precisant la seqüència dels exercicis que s'utilitzen.
- Els exercicis a desenvolupar en cada fase i la seva temporalització.
- El material necessari.
- Les possibles adaptacions i/o modificacions dels exercicis en funció de les característiques i les necessitats de la persona usuària.
- Les activitats alternatives adequades a les possibilitats i limitacions dels usuaris i de les usuàries amb menor grau d'autonomia personal.

C4: Col·laborar en la direcció, dinamització i organització de la sessió, descrivint i demostrant tant els exercicis com l'ús correcte de materials i equipament, tenint en compte el tipus de persona usuària, a nivell individual o col·lectiu, i combinar-lo amb la intervenció en col·lectius agrupats o no respectant el principi de qualitat.

CE4.1 Assistir i col·laborar en la discriminació del tipus de persona usuària per establir estratègies d'intervenció individualitzades

CE4.2 Ajudar en l'organització temporal i espacial diària de les persones usuàries distingint les activitats individuals de les realitzades per col·lectius estructurats amb interessos diversos.

CE4.3 Demostrar la forma d'execució dels diferents exercicis, així com l'ús i maneig òptim del material tipus, aportant la informació necessària a la persona usuària, establint un criteri d'atenció a tots els usuaris i usuàries i aportant correccions individualitzades.

CE4.4 Col·laborar en la dinamització de la sessió a través de la interrelació, l'explicació, la demostració, la correcció, aplicant les directrius de l'entitat referent a la seva pròpia imatge personal, al tracte i forma de comunicar-se amb la persona clienta-usuària i els paràmetres de qualitat del servei que ha de prestar-se.

C5: Ajudar i assistir en l'elaboració, organització i direcció de celebracions, esdeveniments i competicions en els programes d'activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CE5.1 Incloure la celebració, esdeveniment o competició dins d'un context global d'activitats.

CE5.2 Definir la normativa per la qual es regeix l'esdeveniment o competició, aplicant el reglament dins de les funcions assignades per l'organització.

CE5.3 Organitzar els recursos disponibles per al funcionament de l'esdeveniment.

CE5.4 Coordinar el funcionament de tota l'organització en el transcurs de l'esdeveniment o competició, aplicant el protocol establert en funció del tipus d'activitat i de les característiques dels usuaris i usuàries.

CE5.5 Descriure i aplicar mètodes i instruments d'avaluació sobre el desenvolupament i resultat de l'esdeveniment o competició, utilitzant els resultats obtinguts per a posteriors celebracions, esdeveniments o competicions esportives.



C6: Analitzar hàbits i pràctiques complementàries a l'activitat física que tenen una repercussió directa sobre la salut i qualitat de vida.

CE6.1 Tenint en compte les característiques antropomètriques i fisiològiques d'un individu i utilitzant taules de referència:

- Calcular l'aportament calòric dels aliments proposats.
- Calcular el valor d'ingesta calòrica recomanable.
- Confeccionar una dieta equilibrada.

CE6.2 Explicar el mètode o procediment a seguir i les mesures preventives a tenir en compte en l'aplicació de saunes, banys de vapor i banys termals, indicant les seves contraindicacions totals o relatives.

CE6.3 Explicar els procediments i realitzar les maniobres bàsiques d'automassatge de recuperació.

C7: Analitzar i dur a terme el procés d'avaluació de l'ensenyament-aprenentatge i del condicionament físic en natació i activitats de natació per a diferents tipus de persones usuàries.

CE7.1 Assistir en l'avaluació de la programació general en el seu conjunt, ajustant programes de control a la seva seqüència temporal i elaborant propostes de millora.

CE7.2 Assistir i participar en l'avaluació del programa de condicionament físic dins de la programació específica de les activitats de natació, intervenint en el seu disseny, valorant el resultat i aplicant les mesures correctives.

CE7.3 Participar directament als mecanismes d'autoavaluació de l'actuació com a tècnic o tècnica en els diferents àmbits de treball realitzats a través d'una fitxa d'avaluació i analitzar els resultats obtinguts.

C8: Realitzar les maniobres d'extracció del medi aquàtic d'un possible accidentat o accidentada amb seguretat i eficàcia.

CE8.1 Realitzar el rescat amb material d'un o més accidentats o accidentades ficticis:

- Analitzar les característiques de la instal·lació que puguin ser causa de risc: característiques dels vasos, característiques de l'aigua, mitjans materials i humans, etc.
- Identificar la zona valorant la forma més eficient per realitzar el rescat.
- Seleccionar les tècniques més adequades per realitzar el salvament aquàtic (entrada, aproximació, presa de contacte i control, remolc, i extracció), en funció de les característiques del supòsit:

- Iniciar la cadena de supervivència tenint en compte les característiques de la situació.

CE8.2 Realitzar l'extracció d'una persona que simula ser un accidentat o accidentada amb afectació medul·lar, utilitzant el material adequat, organitzant un grup de 2 i/o 3 socorristes, tenint en compte:

- Els protocols de seguretat i aplicant les tècniques correctament.
- La gestió de la informació que s'ofereix a la persona accidentada i/o acompanyants i a la resta dels usuaris i usuàries de la instal·lació, en funció de la situació d'emergència.
- Les tècniques a utilitzar per controlar l'ansietat en la intervenció.

- Les tècniques de control cognitiu, físic o conductual per al control de l'ansietat durant el trasllat.

C9: Identificar els primers auxilis necessaris per atendre situacions de lesions o patologies més freqüents i col·laborar en la seva aplicació conforme als protocols establerts.

CE9.1 Davant de situacions d'accident, ajudar a aplicar tècniques de valoració inicial segons el protocol establert, accedint a la persona accidentada de forma oportuna i generant un entorn segur.

CE9.2 Discriminar els casos i/o circumstàncies en els que no s'ha d'intervenir directament, per excés de risc o per ser específics d'altres professionals.

CE9.3 En diferents situacions d'accidents simulats/reals on es presentin diferents tipus de lesions o accidents, determinar:

- Les prioritats d'actuació en funció de la gravetat i el tipus de lesions.
- Les tècniques de primers auxilis que s'han d'aplicar.

CE9.4 En diferents situacions d'accidents en les quals sigui necessari immobilitzar i evacuar la persona accidentada:

- Determinar el mètode de mobilització i immobilització més adequat, donades les possibles lesions de la persona accidentada i/o les circumstàncies dels accidents.
- Ajudar a aplicar mètodes de mobilització i immobilització que permetin l'evacuació de la persona accidentada amb seguretat i rapidesa.
  - Aplicar a la persona accidentada les mesures posturals més adequades.

CE9.5 En diferents situacions d'accidents, observar i recolzar l'aplicació de tècniques de suport psicològic a la persona accidentada i als seus familiars.

CE9.6 En situacions pràctiques en les quals hi ha tensió ambiental, posar en pràctica les tècniques d'autocontrol, utilitzant-les per a:

- Controlar una situació de dol.
- Controlar situacions d'ansietat i angoixa.

C10: Participar en els processos de treball de l'empresa, seguint les normes i instruccions establertes al centre de treball.

CE10.1 Comportar-se responsablement tant en les relacions humanes com en les feines a realitzar.

CE10.2 Respectar els procediments i normes del centre de treball.

CE10.3 Emprendre amb diligència les tasques segons les instruccions rebudes, tractant que s'adeqüin al ritme de treball de l'empresa.

CE10.4 Integrar-se en els processos de producció del centre de treball.

CE10.5 Utilitzar els canals de comunicació establerts.

CE10.6 Respectar tothora les mesures de prevenció de riscos, salut laboral i protecció del medi ambient.

## Continguts



### **1. Anàlisi, aplicació de la bateria de tests, proves i qüestionaris utilitzats per l'entitat**

- Aplicació de la bateria de proves.
- Registre de les dades a la fitxa de la persona usuària.
- Anàlisi i interpretació de dades.
- Elaboració de l'informe personalitzat.

### **2. Disseny dels objectius i elaboració del programa d'activitats de natació**

- Anàlisi del context real on s'ubica l'entitat.
- Formulació dels objectius operatius.
- Selecció de les metodologies didàctiques i estratègies d'instrucció.
- Seqüenciació d'objectius i continguts en el temps.
- Descripció del material i aparells a utilitzar.
- Adaptació i adequació d'activitats alternatives per a usuaris i usuàries amb menor grau d'autonomia personal.
- Avaluació del procés i del producte.
- Intervenció durant la programació: modificacions durant el procés.

### **3. Direcció i dinamització de la sessió d'entrenament respectant el principi de qualitat**

- Diferenciació de tipus de persones usuàries a la instal·lació aquàtica a nivell individual i col·lectiu. Tipus de col·lectius. L'agrupament de persones usuàries amb interessos diferenciats.
- Organització espacial i temporal de persones usuàries en funció d'interessos, espais i característiques particulars.
- Dinamització de la sessió d'activitats de natació.
- Demostració pràctica, anticipació, detecció i correcció d'errors.

### **4. Elaboració, organització i direcció d'esdeveniments i competicions en els programes d'activitats de natació**

- Inclusió dels esdeveniments i competicions en el context global de les activitats.
- Elaboració de normatives i reglaments.
- Organització dels recursos materials i humans necessaris en l'esdeveniment o competició.
- Aplicació dels protocols establerts i coordinació del desenvolupament de l'esdeveniment o competició.
- Avaluació del procés i resultat.

### **5. Anàlisi d'hàbits i pràctiques complementàries a l'activitat física que incideixen directament sobre la salut i qualitat de vida**

- Càlcul d'aportament calòric d'aliments proposats.
- Càlcul del valor de la ingesta calòrica recomanable.
- Confecció d'una dieta equilibrada i adaptada a la persona usuària.
- Selecció de mesures de recuperació adequades. Tipus de mesures de recuperació.
- Aplicació de maniobres bàsiques d'automassatge i recuperació.

## 6. Avaluació de la programació general i específica de les activitats de natació

- Mètodes i tècniques d'avaluació.
- Avaluació dels processos de la programació general. Elaboració de la fitxa d'avaluació.
- Avaluació de la programació específica. Plans i programes concrets.
- Avaluació del programa de condicionament físic. La seva importància i aplicació real de l'anàlisi de resultats.
- Autoavaluació. Anàlisi de resultats. Propostes de millora.

## 7. Aplicació de les tècniques de rescat en instal·lacions aquàtiques en funció de:

- Característiques de l'entorn.
- Situació de la persona accidentada.
- Posició de la persona accidentada.
- Estat de la persona accidentada.
- Aplicació de les tècniques de control de l'ansietat per al propi o per a la pròpia socorrista: A nivell cognitiu, fisiològic i conductual.

## 8. Assistència en primers auxilis

- Aplicació de tècniques de valoració inicial de l'accidentat o l'accidentada: localització de les formes d'accés, identificació de possibles riscos, protecció de la zona, execució de maniobres d'accés.
- Atenció inicial a emergències més freqüents: determinació de les pautes d'intervenció i discriminació de casos per a la no intervenció.
- Recollida, trasllat i transport de persones accidentades: mobilització i immobilització, pràctica de la posició lateral de seguretat, ús de posicions d'espera no lesives o segures.
- Suport psicològic de la persona accidentada mitjançant l'aplicació de tècniques apropiades.
- Aplicació de les tècniques d'autocontrol davant de situacions d'estrès: afrontament i autocura.

## 9. Integració i comunicació al centre de treball

- Comportament responsable al centre de treball.
- Respecte als procediments i normes del centre de treball.
- Interpretació i execució amb diligència de les instruccions rebudes.
- Reconeixement del procés productiu de l'organització.
- Utilització dels canals de comunicació establerts al centre de treball.
- Adequació al ritme de treball de l'empresa.
- Seguiment de les normatives de prevenció de riscos, salut laboral i protecció del medi ambient.

## IV. PRESCRIPCIONS DELS FORMADORS I DE LES FORMADORES

| Mòduls formatius  | Acreditació requerida  | Experiència professional requerida en l'àmbit de la unitat de competència |                   |
|-------------------|--|---|-------------------|
|                   |  | Amb acreditació   | Sense acreditació |
| MF0269_2: Natació | ● Llicenciatura, enginyeria, arquitectura o el títol de graduat corresponent o altres títols | 1 any   | 3 anys            |



|  |   |       |                            |
|--|---|-------|----------------------------|
|  | <p>equivalents.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●Diplomatura, enginyeria tècnica, arquitectura tècnica o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>● Tècnic o tècnica superior de la família professional d'Activitats físiques i esportives.</li> <li>● Tècnic o tècnica esportiu superior en les modalitats esportives afins a aquest mòdul formatiu.</li> <li>● Certificats de professionalitat de nivell 3 de la família professional d'Activitats físiques i esportives.</li> </ul> |       |                            |
| MF1084_3: Programació d'activitats de natació                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Llicenciatura, enginyeria, arquitectura o el títol de graduat corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>●Diplomatura, enginyeria tècnica, arquitectura tècnica o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> </ul>  | 1 any | Imprescindible acreditació |
| MF1085_3: Metodologia i instrucció d'activitats de natació             | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Llicenciatura, enginyeria, arquitectura o el títol de graduat corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>● Diplomatura, enginyeria tècnica, arquitectura tècnica o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> </ul>   | 1 any | Imprescindible acreditació |
| MF1085_3: Esdeveniments i competicions lúdiques en el medi aquàtic     | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Llicenciatura, enginyeria, arquitectura o el títol de graduat corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>●Diplomatura, enginyeria tècnica, arquitectura tècnica o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> </ul>  | 1 any | Imprescindible acreditació |
| MF0272_2: Primers auxilis  | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Llicenciatura en medicina i cirurgia o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>● Diplomatura en infermeria o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> </ul>   | 1 any | Imprescindible acreditació |
| MF0271_2: Rescat de persones accidentades en instal·lacions aquàtiques | <ul style="list-style-type: none"> <li>● Llicenciatura, enginyeria, arquitectura o el títol de graduat corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>● Diplomatura, enginyeria tècnica, arquitectura tècnica o el títol de grau corresponent o altres títols equivalents.</li> <li>● Tècnic superior de la família professional d'Activitats físiques i esportives.</li> <li>● Tècnic esportiu superior en les modalitats esportives afins a aquest mòdul formatiu.</li> </ul>   | 1 any | 3 anys                     |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Certificats de professionalitat de nivell 3 de la família professional d'Activitats físiques i esportives.</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|--|

## V. REQUISITS MÍNIMS D'ESP AIS, INSTAL·LACIONS I EQUIPAMENT

| Espai formatiu                             | Superfície m <sup>2</sup><br>15 alumnes | Superfície m <sup>2</sup><br>25 alumnes |
|--|---|---|
| Aula taller d'activitats físicoesportives  | 60                                      | 100                                     |
| Taller per a pràctiques de primers auxilis | 60                                      | 100                                     |
| Piscina climatitzada de 25 m de llargada   | 120                                     | 120                                     |
| Magatzem                                   | 20                                      | 20                                      |

| Espai formatiu                             | M1 | M2 | M3 | M4 | M5 | M6 |
|--|----|----|----|----|----|----|
| Aula taller d'activitats físicoesportives  | X  | X  | X  | X  | X  | X  |
| Taller per a pràctiques de primers auxilis |    |    |    |    | X  |    |
| Piscina climatitzada de 25 m de llargada   | X  |    | X  | X  | X  | X  |
| Magatzem                                   | X  |    | X  | X  | X  | X  |

| Espai formatiu              | Equipament  |
|-----------------------------|---|
| Aula taller físicoesportiva | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Taula i cadira per al formador o formadora, taula i cadires per a l'alumnat, pissarra, paperògraf, equips audiovisuals (DVD, canó, portàtil), material d'aula, PC instal·lats en xarxa, connectats a Internet, prestatgeries amb el material bàsic de primers auxilis, llitera, aïllants per treballar la pràctica dels primers auxilis bàsics.</li> <li>- Maquinari i programari específic d'aplicació per a la valoració de la condició física i biològica.</li> <li>- Mitjans i equips d'oficina.</li> <li>- Maquinari i programari específic d'aplicació per elaborar programes d'entrenament (periodització de l'entrenament, programació, agenda, cronogrames).</li> <li>- Materials convencionals per a la valoració de la condició física, biològica i psicosocial: qüestionaris, pinça per a plecs cutanis, cinta mètrica, bàscula, antropòmetre, plomada, podòscopi, cronòmetre, pulsòmetre, metrònom, màquines de resistència, dinamòmetres.</li> </ul> |



|   |  |
|---|--|
| <p>Piscina climatitzada de 25 m de llargada</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Surades divisòries de carrers de 25 m de llargada.</li> <li>- Taules de flotació grans.</li> <li>- Taules de flotació mitjanes.</li> <li>- Taules de flotació petites.</li> <li>- Flotadors de cames.</li> <li>- Xurros de flotació.</li> <li>- Connectors simples.</li> <li>- Connectors dobles.</li> <li>- Tapissos de flotació de diferents mides.</li> <li>- Cinturons de flotació.</li> <li>- Pilotes.</li> <li>- Pilotes de waterpolo.</li> <li>- Cèrcols flotants.</li> <li>- Cèrcols semiflotants.</li> <li>- Cèrcols submergibles petits.</li> <li>- Bastons submergibles.</li> <li>- Manyoples o pales de natació.</li> </ul>   |
| <p>Taller per a pràctiques de primers auxilis</p> | <p>Farmacíola:</p> <p>Protector facial i màscara per a RCP (reanimació cardiopulmonar).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apòsits adhesius de diferents mides (tiretes).</li> <li>- Benes 5x5 cm i 10 x10 cm (elàstiques, autoadhesives, de crepè, arrissades, etc.).</li> <li>- Embenatges i mocadors triangulars.</li> <li>- Benes tubulars (elàstiques i de gasa).</li> <li>- Pegats d'ulls.</li> <li>- Compreses de gases estèrils, petites i grans.</li> <li>- Guants d'un sol ús.</li> <li>- Clips per a benes i imperdibles.</li> <li>- Termòmetre irrompible.</li> <li>- Manta tèrmica plegada (més d'una).</li> <li>- Compreses i benes, que produeixin fred instantani, o que puguin congelar-se prèviament.</li> <li>- Vaselina.</li> <li>- Povidona iodada (Betadine)</li> <li>- Clorhexidina (Hibitane)</li> <li>- Aigua oxigenada.</li> <li>- Sabó antisèptic.</li> <li>- Solució per a rentada ocular.</li> <li>- Llanterna.</li> <li>- Telèfon mòbil.</li> <li>- Esparadrap (normal i hipoal·lèrgic).</li> <li>- Tovallolletes netejadores.</li> <li>- Cotó. Tisores, pinces (de material esterilitzable).</li> <li>- Joc complet de fèrules inflables per immobilitzar, preferentment transparents.</li> <li>- Collars ortopèdics ajustables.</li> <li>- Alcohol de 90º.</li> <li>- Xeringues estèrils d'un sol ús, de 5 i de 10 cc per fer</li> </ul> |



|          |   |
|----------|---|
|          | <p>rentades.</p> <p>Material d'infermeria:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comunicats d'accidents i llibre de memòries.</li> <li>- Rentapeus.</li> <li>- Nevera.</li> <li>- Lliteres fixes amb fundes d'un sol ús (ideal: 2-3).</li> <li>- Llitera portàtil plegable</li> <li>- Llitera rígida de trasllats amb immobilització.</li> <li>- Aspirador i catèters.</li> <li>- Collars ortopèdics rígids (adult/pediàtric, multitalles).</li> <li>- Fèrules inflables.</li> <li>- Tauler espinal.</li> <li>- Matalàs de buit.</li> <li>- Llitera de pales.</li> <li>- Maniquí de RCP.</li> <li>- Equip d'oxigenoteràpia.</li> <li>- Desfibril·lador automàtic.</li> <li>- Carros de parada (adults i pediàtrics).</li> <li>- Instrumental per a urgències (tissores, pinces, guants, etc.).</li> <li>- Medicaments d'urgència mèdica.</li> <li>- Dispensador de sabó.</li> <li>- Dispensador de paper.</li> <li>- Contenidor per a residus d'un sol ús perillosos.</li> <li>- Galleda de pedal amb bossa d'escombraries.</li> <li>- Cadires.</li> </ul> |
| Magatzem | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prestatgeries.</li> <li>- Maquinària de transport</li> </ul>   |

No s'ha d'interpretar que els diversos espais formatius identificats s'hagin de diferenciar necessàriament mitjançant tancaments.

Les instal·lacions i equipaments hauran de complir amb la normativa industrial i higienicosanitària corresponent i respondran a mesures d'accessibilitat universal i seguretat dels i de les participants.

El nombre d'unitats que s'han de disposar dels estris, màquines i eines que s'especifiquen a l'equipament dels espais formatius, serà el suficient per a un mínim de 15 alumnes i haurà d'incrementar-se, en el seu cas, per atendre'n un nombre superior.

En el cas que la formació es dirigeixi a persones amb discapacitat es realitzaran les adaptacions i els ajustos raonables per assegurar la seva participació en condicions d'igualtat.