

CURSO		NATACIÓN	
DESCRIPCIÓN		Este modulo pertenece al certificado de profesionalidad: Socorrismo en instalaciones acuáticas.	
CONTENIDO	<p>HABILIDADES Y DESTREZAS BÁSICAS EN EL MEDIO ACUÁTICO</p> <p>1. Adaptación al medio acuático. Ejecución de habilidades y destrezas básicas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - La respiración y las apneas. - La flotación. - La propulsión. - La entrada al agua. - Los giros en el agua <p>2. Dominio del medio acuático. Ejecución de habilidades y destrezas básicas combinadas.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desplazamientos <p>TÉCNICAS ESPECÍFICAS DE NADO EN EL MEDIO ACUÁTICO</p> <p>1. Dominio de los estilos de nado ventrales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El estilo crol, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica. - El estilo braza, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica - El estilo mariposa, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica. <p>2. Dominio de los estilos de nado dorsales.</p> <ul style="list-style-type: none"> - El estilo espalda, conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica. <p>3. Virajes en las competiciones de natación.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Virajes y ejes de giro, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica. - Fases en la ejecución de los virajes, conocimiento, ejercicios de aplicación y ejecución práctica. <p>4. Aplicación práctica de los estilos de nado.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para el desarrollo de la resistencia de nado requerida. - Para el desarrollo de la velocidad de nado requerida. 		
			
OBJETIVO PRINCIPAL	Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad.		
SECTOR DE POBLACIÓN	Todas aquellas personas que estén interesadas en ampliar conocimientos sobre la natación.	ESPACIOS DOCENTES	Polideportivo de Etxebarri (Bizkaia).
PERIODO DE PROGRAMACION	15 de Mayo a 11 de Julio de 2021	DIAS LECTIVOS	Sábados y Domingos
Nº SESIONES	120 h	HORARIO	S: 9 a 14 y 15 a 18h D: 9 a 14 D: 27 de junio y 4,11 de Julio-> 9 a 15h