

# XXI Certificación como "Instructor de Natación Profesional"



Tlajomulco de Zúñiga, Jalisco, México, a 20 de febrero de 2022

Se otorga el presente

## Certificado

a:

### Rafael Alvarez Covarrubias



www.nadarsinesfuerzo.com  
No. de Reg. ante la S. T. P. S.  
SADM-670201-DE3-0005 MEX

Por haber participado y aprobado los requerimientos teóricos y prácticos de éste curso-taller, adquiriendo las herramientas necesarias de instrucción profesional en el ámbito acuático, con las cuales desarrollará la enseñanza de los estilos de natación, salidas y virajes con calidad, y sobre todo con seguridad a cualquier edad; éste curso se llevó a cabo en el "Club Deportivo La Calera", con una carga horaria de 40 horas teórico-prácticas.



**L.E.F. Marco Antonio Salcedo Delgadillo**  
Titular Comisión AMEXCO Actividad Física  
y Salud en el Medio Acuático  
Cédula Profesional PEJ 226081



## **Módulo 1**

### **Conceptos básicos en el aprendizaje de las actividades acuáticas**

#### **TEMAS:**

- 1.1. Introducción "Certificación como Instructor de Natación".
- 1.2. Diferentes programas acuáticos.
- 1.3. Fundamentos básicos de la natación.
- 1.4. Factores importantes para el proceso enseñanza-aprendizaje.

## **Módulo 2**

### **Técnicas básicas de los estilos de la natación**

#### **TEMAS:**

- 2.1. Ejercicios progresivos del estilo de dorso y crol.
- 2.2. Ejercicios progresivos del estilo de mariposa y pecho.
- 2.3. Salidas y virajes de las pruebas de natación.
- 2.4. Análisis biomecánico y principios acuáticos con Michel Phelps.

## **Módulo 3**

### **Psicopedagogía**

#### **TEMAS:**

- 3.1. Roles del educador acuático profesional.
- 3.2. Crecimiento y desarrollo.
- 3.3. Conferencia magistral de las fases sensibles.

## **Módulo 4**

### **Seguridad en el deporte**

#### **TEMAS:**

- 4.1. Plan de prevención de lesiones, atención de emergencias y seguimiento.
- 4.2. Patologías tras la inmersión en el agua.
- 4.3. Soporte vital básico.
- 4.4. Principios generales, actuación y ejecución de las acciones en el rescate acuático.