# LVI Certificación como Instructor de Natación Profesional

Nadar sin Esfuerzo | FLORIDA GLOBAL UNIVERSITY | COMISIÓN ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD EN EL MEDIO ACUÁTICO – AMEXCO | SWIMMING COACHES ASSOCIATION – L.A.S.C.A. | SEP – conocer

## Zapopan, Jalisco, México, a 18 de octubre de 2026.

## Se otorga el presente

# *Certificado*

## a:




# Sara Metziri de León Rivas

**Por haber participado y aprobado los requerimientos teóricos y prácticos de este Curso-Taller y Certificación, 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; esta capacitación se llevó a cabo en las instalaciones acuáticas de *Life & Fitness Guadalajara*, con una carga horaria de 40 horas clase, de forma teórico-práctico.**

8795203224

Nadar sin Esfuerzo

**L.E.F. Marco Antonio Salcedo Delgadillo**
**Delegado Nacional LASCA en México**
**Cédula Profesional PEJ 226081**

RED-CONOCER

SADM670201HJCLLR00

*La verificación del código QR debe coincidir con los datos del interesado en www.nadarsinesfuerzo.com*
*Documento válido por 2 años, número de registro* LVICINPLERS110803

# Módulo 1

## Conceptos básicos en el aprendizaje de las actividades acuáticas

TEMAS:

1.1 Diferentes programas acuáticos.
1.2. Fundamentos básicos de la natación.
1.3. Factores importantes para el proceso enseñanza-aprendizaje.
1.4. Principios determinantes para nadar sin esfuerzo.

# 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 Michael 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.