ICUFOR
Cursos de Formación Permanente Universitaria

Curso de Formación Permanente

Actividades Acuáticas y Natación: Enseñanza, Acondicionamiento en el Medio Acuático y Aquafitness

4 ECTS | 100 horas | Online, a tu ritmo

Formación acreditada por
Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ



Acerca de ICUFOR

ICUFOR es un centro privado de formación online, Centro Acreditado y Autorizado por la Universidad EUNEIZ de Vitoria-Gasteiz. Diseñamos e impartimos Cursos de Formación Permanente universitarios, pensados para la actualización y la especialización de profesionales en activo.

Nuestros cursos se estudian a tu ritmo en un campus virtual propio y terminan con el diploma de la Universidad EUNEIZ y con certificados de ICUFOR verificables.

Centro acreditado
Universidad EUNEIZ

100 % online
Campus virtual propio

Equipo docente
Disponible todo el curso



Metodología de estudio

Campus virtual propio
Estudias desde cualquier lugar y dispositivo, sin horarios.

Aprendizaje autónomo, pero acompañado
Tú marcas el ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

Contenido del curso en PDF
El material principal, para estudiarlo a fondo, tema a tema.

Abstract de cada tema
Su síntesis, para situarte al empezar y repasar al final.

Presentación con los aspectos clave
Lo esencial de cada bloque, para jerarquizar y fijar.

Cuestionarios de evaluación
De respuesta múltiple, uno por tema.



Campus virtual

Mis cursos
Tu progreso y el siguiente tema por estudiar

Materiales
Contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave

Cuestionarios de evaluación
Tu nota y la revisión de tus respuestas

Equipo docente
Consulta por escrito, chat y asesor de IA a cualquier hora

Secretaría
Certificados en PDF con código de verificación

Pagos y facturas
Descarga de facturas en PDF



Presentación del programa



Especialízate con el Curso de Formación Permanente en Actividades Acuáticas y Natación: Enseñanza, Acondicionamiento en el Medio Acuático y Aquafitness de ICUFOR. Este programa está diseñado para profesionales y futuros técnicos que desean dominar todas las dimensiones del trabajo en el entorno acuático. El medio acuático ofrece posibilidades únicas para la mejora de la salud, el rendimiento deportivo y el bienestar, convirtiéndose en un sector con creciente demanda de profesionales cualificados.

A lo largo de esta formación, profundizarás en los fundamentos científicos del movimiento en el agua, las metodologías didácticas para la enseñanza de la natación y el análisis técnico de los cuatro estilos.

Duración
100 horas

Créditos
4 Créditos ECTS

Metodología
Online

Matriculación
Permanente

Objetivos del curso

Comprender los fundamentos científicos del medio acuático, identificando sus propiedades físicas, bases biomecánicas y beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales derivados de la práctica acuática.

Analizar la técnica de los cuatro estilos de natación, diferenciando los patrones de propulsión, coordinación y respiración específicos de cada estilo, así como los procedimientos de detección y corrección de errores.

Conocer las principales modalidades de aquafitness, describiendo sus fundamentos, estructura de sesión y criterios de programación orientados a la salud, el rendimiento y la recreación.

Elaborar programas acuáticos dirigidos a poblaciones con necesidades específicas, incorporando criterios de inclusión, seguridad y finalidad terapéutica en su diseño e implementación.

Dominar los principios didácticos y metodológicos de la enseñanza de la natación, aplicando enfoques analíticos, globales e integradores en el diseño de progresiones y sesiones de aprendizaje acuático.

Diseñar programas de acondicionamiento físico en el medio acuático, integrando los principios del entrenamiento deportivo y la periodización de las capacidades físicas básicas.

Aplicar estrategias didácticas específicas para la enseñanza acuática en la infancia y la juventud, adaptando contenidos y metodologías al desarrollo evolutivo y madurativo del alumnado.

Identificar los protocolos de seguridad, prevención de riesgos y gestión profesional de programas acuáticos, aplicando la normativa vigente y los indicadores de calidad para una práctica eficaz y segura.

Temario

01 Fundamentos científicos y conceptuales de las actividades acuáticas

1.1. Evolución histórica de las actividades acuáticas y la natación como práctica físico-deportiva
1.2. Propiedades físicas del medio acuático y su influencia sobre el movimiento humano
1.3. Bases anatómicas y biomecánicas del movimiento acuático
1.4. Beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales derivados de la práctica acuática regular
1.5. Clasificación y ámbitos de aplicación de las actividades acuáticas contemporáneas

Temario

02 Didáctica y metodología de la enseñanza de la natación

2.1. Fundamentos pedagógicos del proceso de enseñanza-aprendizaje en el medio acuático
2.2. Etapas del aprendizaje acuático: de la familiarización al dominio técnico del medio
2.3. Metodologías de enseñanza de la natación: enfoques analítico, global e integrador
2.4. Diseño y programación de sesiones y unidades didácticas de natación
2.5. Recursos didácticos y materiales auxiliares específicos para la enseñanza acuática
2.6. Estrategias de comunicación, demostración e interacción didáctica en el entorno de piscina
2.7. Evaluación del proceso de aprendizaje y del nivel de competencia acuática del alumnado

Temario

03 Técnica y perfeccionamiento de los estilos de natación

3.1. Principios biomecánicos comunes a los estilos de natación
3.2. Análisis técnico del estilo crol (libre): mecánica, coordinación y corrección de errores
3.3. Análisis técnico del estilo espalda: posición, propulsión y coordinación
3.4. Análisis técnico del estilo braza: brazada, patada y aspectos reglamentarios
3.5. Análisis técnico del estilo mariposa: ondulación, propulsión y coordinación global
3.6. Técnicas de salidas, virajes y llegadas en los diferentes estilos de natación
3.7. Estrategias de perfeccionamiento técnico y ejercicios avanzados de tecnificación

Temario

04 Acondicionamiento físico y entrenamiento en el medio acuático

4.1. Principios generales del entrenamiento deportivo aplicados al contexto acuático
4.2. Desarrollo de las capacidades físicas básicas en el agua
4.3. Planificación y periodización del entrenamiento acuático orientado al acondicionamiento
4.4. Control de la intensidad, zonas de entrenamiento y monitorización del esfuerzo en el agua
4.5. Series, métodos y ejercicios de entrenamiento específicos del medio acuático
4.6. Prevención de lesiones frecuentes y estrategias de recuperación funcional en actividades acuáticas
4.7. Evaluación de la condición física y test de valoración en el medio acuático

Temario

05 Aquafitness: fundamentos, modalidades y programación de actividades dirigidas en el agua

5.1. Concepto, evolución y fundamentos científicos del aquafitness
5.2. Principales modalidades de aquafitness: características, objetivos y metodología
5.3. Material y equipamiento específico para la práctica y dirección de sesiones de aquafitness
5.4. Diseño, estructura y dirección de sesiones de aquafitness
5.5. Programación y periodización de programas de aquafitness a medio y largo plazo
5.6. Evaluación de los efectos del aquafitness sobre la condición física, la composición corporal y la salud

06 Natación educativa y actividades acuáticas en la infancia y la juventud

6.1. Desarrollo evolutivo del niño y su relación con el aprendizaje acuático
6.2. Matronatación y estimulación acuática temprana
6.3. Programas de natación para la etapa infantil: de los 3 a los 12 años
6.4. Actividades acuáticas en la adolescencia: consolidación técnica y orientación deportiva
6.5. Gestión del miedo al agua, aspectos motivacionales y comunicación con las familias

Temario

07 Actividades acuáticas para poblaciones especiales, seguridad en el medio acuático y gestión profesional de programas

7.1. Diseño y adaptación de actividades acuáticas para poblaciones con necesidades específicas
7.2. Seguridad, prevención de accidentes y actuación ante emergencias en el medio acuático
7.3. Gestión, coordinación y organización operativa de programas de actividades acuáticas
7.4. Calidad, innovación y desarrollo profesional continuo en el ámbito de las actividades acuáticas
7.5. El perfil profesional del técnico en actividades acuáticas: competencias y responsabilidades

Titulación y certificados

Diploma de la Universidad EUNEIZ

Al aprobar todos los cuestionarios de evaluación recibes el **diploma en formato digital** de Curso de Formación Permanente, con sus 4 créditos ECTS y 100 horas.

Certificados de ICUFOR

Se descargan en PDF desde la Secretaría del campus, con un código único y QR para verificarlos.



Proceso de matriculación

1 **Pulsa «Matricularme» en la ficha del curso**
Completa tus datos personales y de facturación.

2 **Elige la forma de pago**
Tarjeta, PayPal o transferencia bancaria.

3 **Entra en el campus y empieza**
Recibes por correo tus datos de acceso y, en cuanto se confirma el pago, tienes el temario completo. La matrícula está abierta todo el año.

Matricúlate | Más información



Métodos de pago

Pago único
El precio se abona una sola vez, sin cuotas ni renovaciones.

Seguridad
Pago online en la pasarela de Stripe o de PayPal.

Flexibilidad
Tarjeta de crédito o débito, PayPal o transferencia.

Acceso inmediato
Con tarjeta o PayPal, el campus se activa al momento.

Simplicidad
Matrícula y pago en dos pasos.

Facturación
Facturas en «Pagos y facturas» del campus.



¿Por qué elegir ICUFOR?

01

Formación accesible

Formación universitaria rigurosa y acreditada, íntegramente online y compatible con tu trabajo.

02

Calidad universitaria

Cada curso está acreditado por la Universidad EUNEIZ, con su memoria académica y sus créditos ECTS.

03

Impulso a tu carrera

Contenidos de utilidad práctica y una titulación que suma en méritos, concursos y bolsas de empleo.

04

Especialización

Cada curso trata una única temática a fondo: combínalos y construye tu propio itinerario.

05

Atención de calidad

Consultas al equipo docente por escrito o por chat, y un asesor de IA a cualquier hora.

¿Por qué elegir ICUFOR?

06

Contenidos actualizados

Los cursos se revisan periódicamente para incorporar las novedades de cada ámbito.

07

El curso, por escrito

Cada tema en tres formatos: contenido en PDF, Abstract y presentación con los aspectos clave.

08

Autónomo, pero acompañado

Tú decides tu ritmo y nuestro equipo de docentes resuelve tus dudas y orienta tu estudio.

09

Enseñanza adaptada

Sin horarios ni conexiones obligatorias: seis meses para terminar, ampliables si lo necesitas.

10

Estudio sencillo e intuitivo

Un campus virtual propio, sin instalar nada y accesible desde cualquier dispositivo.

¿Necesitas más información?

Te contamos cómo funciona el curso, los plazos y la titulación, sin compromiso.

www.icufor.com

info@icufor.com

+34 858 895 080

+34 746 044 519

Formación acreditada por Universidad de Vitoria-Gasteiz EUNEIZ

