



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

**Curso de Enseñanza de la Natación Educativa + Monitor de Natación + CARNÉ FEDERADO**





Elige aprender en la escuela  
**líder en formación online**

# ÍNDICE

1 | Somos Euroinnova

2 | Rankings

3 | Alianzas y acreditaciones

4 | By EDUCA EDTECH Group

5 | Metodología LXP

6 | Razones por las que elegir Euroinnova

7 | Financiación y Becas

8 | Métodos de pago

9 | Programa Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

## SOMOS EUROINNOVA

---

**Euroinnova International Online Education** inicia su actividad hace más de 20 años. Con la premisa de revolucionar el sector de la educación online, esta escuela de formación crece con el objetivo de dar la oportunidad a sus estudiantdes de experimentar un crecimiento personal y profesional con formación eminentemente práctica.

Nuestra visión es ser **una institución educativa online reconocida en territorio nacional e internacional** por ofrecer una educación competente y acorde con la realidad profesional en busca del reciclaje profesional. Abogamos por el aprendizaje significativo para la vida real como pilar de nuestra metodología, estrategia que pretende que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva de los estudiantes.

Más de

**19**

años de  
experiencia

Más de

**300k**

estudiantes  
formados

Hasta un

**98%**

tasa  
empleabilidad

Hasta un

**100%**

de financiación

Hasta un

**50%**

de los estudiantes  
repite

Hasta un

**25%**

de estudiantes  
internacionales

[Ver en la web](#)



**EUROINNOVA**  
INTERNACIONAL ONLINE EDUCATION



Desde donde quieras y como quieras,  
**Elige Euroinnova**



**QS, sello de excelencia académica**  
Euroinnova: 5 estrellas en educación online

## RANKINGS DE EUROINNOVA

---

Euroinnova International Online Education ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional, gracias por su apuesta de **democratizar la educación** y apostar por la innovación educativa para **lograr la excelencia**.

Para la elaboración de estos rankings, se emplean **indicadores** como la reputación online y offline, la calidad de la institución, la responsabilidad social, la innovación educativa o el perfil de los profesionales.



[Ver en la web](#)



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

## ALIANZAS Y ACREDITACIONES



Ver en la web



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

## BY EDUCA EDTECH

---

Euroinnova es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



### ONLINE EDUCATION

---



Ver en la web

# METODOLOGÍA LXP

---

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



## 1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



## 2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



## 3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



## 4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



## 5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



## 6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas  
**PROPIOS**  
**UNIVERSITARIOS**  
**OFICIALES**

## RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EUROINNOVA

### 1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia.**
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan.**
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

### 2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

### 3. Nuestra Metodología



#### 100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



#### APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



#### EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



#### NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

## 4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



## 5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



## 6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial y una imprenta digital industrial**.

## FINANCIACIÓN Y BECAS

---

Financia tu cursos o máster y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

**25%** Beca  
ALUMNI

**20%** Beca  
DESEMPLEO

**15%** Beca  
EMPRENDE

**15%** Beca  
RECOMIENDA

**15%** Beca  
GRUPO

**20%** Beca  
FAMILIA  
NUMEROSA

**20%** Beca  
DIVERSIDAD  
FUNCIONAL

**20%** Beca  
PARA PROFESIONALES,  
SANITARIOS,  
COLEGIADOS/AS



[Solicitar información](#)

## MÉTODOS DE PAGO

---

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin interéres de forma segura.



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver en la web](#)



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

## Curso de Enseñanza de la Natación Educativa + Monitor de Natación + CARNÉ FEDERADO



**DURACIÓN**  
400 horas



**MODALIDAD  
ONLINE**



**ACOMPañAMIENTO  
PERSONALIZADO**

### Titulación

---

Doble Titulación: - Titulación de Curso de Enseñanza de la Natación Educativa expedida por EDUSPORT - Titulación Profesional de Monitor de Natación Expedida por EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION y Acreditada por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE FITNESS (FEF) a la que va a poder acceder como Federado recibiendo el correspondiente Carnet Profesional además una vez finalizada la formación, el alumno pasará a formar parte del Registro Español de Profesionales del Ejercicio (ESREPs) que recoge a los profesionales del ejercicio, estableciendo un ESTÁNDAR DE CALIDAD y un REGISTRO PROFESIONAL para garantizar un asesoramiento seguro y efectivo de los clientes usuarios de instalaciones fitness por PROFESIONALES CUALIFICADOS.

[Ver en la web](#)



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



EUROINNOVA INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EXPIDE LA SIGUIENTE TITULACIÓN

**NOMBRE DEL ALUMNO/A**

con Número de Documento XXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

**Nombre de la Acción Formativa**

de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EUROINNOVA en la convocatoria de XXX

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXXXXX-XXXXXX

Con un nivel de aprovechamiento ALTO

Y para que conste expido la presente TITULACIÓN en  
Granada, a (día) de (mes) del (año)

La Dirección General  
NOMBRE DEL DIRECTOR ACADÉMICO



Sello

Firma del Alumno/a  
NOMBRE DEL ALUMNO



La presente titulación es válida en el territorio de España y en el extranjero. El presente documento es un modelo de documento que puede ser utilizado en el territorio de España y en el extranjero. El presente documento es un modelo de documento que puede ser utilizado en el territorio de España y en el extranjero. El presente documento es un modelo de documento que puede ser utilizado en el territorio de España y en el extranjero.

## Descripción

Si desea dedicarse profesionalmente a impartir enseñanza sobre la natación este es su momento, con el Curso de Enseñanza de la Natación Educativa + Monitor de Natación podrá adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar esta función con éxito. Este curso ofrece una formación básica sobre la materia, explica de manera teórica como se estructura y se lleva a cabo la enseñanza de la natación educativa, así como la forma de gestión y programación de dichas actividades acuáticas. La natación es uno de los deportes "reina", ya que pueden practicarla la mayoría de las personas sin límite de edad y aporta innumerables beneficios para el cuerpo. A las ventajas de practicar actividad física hay que sumarle las de practicarla en el medio acuático, en el cual debido a que la gravedad es distinta, las actividades tienen un bajo impacto sobre las distintas partes de nuestro cuerpo, reduciendo al máximo la tensión en los huesos y articulaciones. Este Curso de Experto en la Enseñanza de la Natación Educativa + Monitor de Natación le ofrece la formación necesaria para poder ejercer como Monitor de Natación.

## Objetivos

Los objetivos del Curso de Enseñanza de Natación son los siguientes: Conocer cuáles son los objetivos de la natación escolar Aprender los ejercicios para cada una de las fases de la natación Conocer los movimientos a utilizar para el aprendizaje técnico de espalda Aprender los tipos de habilidades y destrezas acuáticas Conocer el equipamiento adecuado que hay que utilizar en la gestión de actividades acuáticas Adentrarse en la historia de la natación. Conocer el desarrollo y la distintas metodologías que se pueden emplear en la natación. Aprender los diferentes enfoques y aplicaciones de las actividades acuáticas. Saber y poner en práctica algunas consideraciones pedagógicas para monitores de Natación. Crear actividades acuáticas educativas. Conocer las diferentes técnicas básicas y estilos más utilizados en Natación. Adquirir conocimientos con respecto a primeros auxilios y el

Ver en la web



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

salvamento acuático.

## A quién va dirigido

---

El curso online está dirigido a profesionales dedicados al mundo de la natación, a maestros de educación física y a licenciados/graduados en ciencias de la actividad física y el deporte. También, a personas que se dedican al mundo de las actividades física y deportivas o a cualquier persona interesada en formarse o ejercer como Monitor de Natación.

## Para qué te prepara

---

Este Curso de Enseñanza de Natación te prepara para ser un profesional en las diferentes técnicas básicas y estilos más utilizados en natación educativa, profundizando en aspectos muy concretos de esta disciplina. Asimismo, te prepara para poder ejercer como Monitor de Natación, capacitándote para la confección y desarrollo de los programas de enseñanza en las actividades acuáticas, según las diferentes tendencias metodológicas aplicables a la enseñanza de la natación y demás especialidades.

## Salidas laborales

---

Los conocimientos de esta formación son aplicables, profesionalmente, a los ámbitos de: natación, educación, spas y clubes deportivos, así como en las profesiones de: monitor de natación, auxiliar y vigilante de piscinas.

[Ver en la web](#)



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

## TEMARIO

---

### MÓDULO 1. NATACIÓN EDUCATIVA

#### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA NATACIÓN

1. Introducción.
2. Definiciones de interés.
3. Resumen histórico de la natación.
4. Natación y Juegos Olímpicos.
5. Grandes nadadores de la historia.
  1. - Internacionales.
  2. - Nacionales.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 2. EL MEDIO ACUÁTICO

1. Instalaciones acuáticas: tipologías.
2. Accesibilidad.
  1. - DALCO.
  2. - Legislación actual en materia de accesibilidad.
3. Equipamientos.
  1. - Vasos.
  2. - Duchas.
  3. - Escaleras.
  4. - Toboganes y deslizadores.
  5. - Trampolines y plataformas.
  6. - Elementos para el acceso de personas con movilidad reducida.
  7. - Aseos y vestuarios.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. ADAPTACIÓN AL MEDIO ACUÁTICO

1. Familiarización con el medio: la respiración.
  1. - Respiración abdominal, baja o diafragmática.
  2. - Respiración costal, media o torácica.
  3. - Respiración clavicular o alta.
  4. - Apneas.
  5. - Adaptación de la respiración a los movimientos dentro del agua.
2. Flotación.
  1. - Principios de flotación-equilibración.
  2. - Flotaciones parciales con elementos auxiliares.
  3. - Flotaciones con ayuda.
  4. - Flotaciones globales con elementos auxiliares.
  5. - Flotaciones en apnea.
  6. - Flotaciones variando la posición del cuerpo.
  7. - Flotaciones variando el volumen pulmonar.
3. Propulsión.
  1. - Principios de propulsión-resistencias.

2. - Propulsiones parciales con material auxiliar.
3. - Propulsiones globales.
4. - Propulsiones básicas basadas en los estilos de nado.
4. La entrada al agua.
  1. - Familiarización.
  2. - Miedo al agua.
  3. - Entrada al agua: realización.
5. Los giros en el agua.
  1. - En flotaciones.
  2. - En desplazamientos.
  3. - Sobre los tres ejes.
6. Desplazamientos.
  1. - Combinando las superficies propulsoras.
  2. - Realizando cambios de sentido y de dirección.
  3. - Nados: alternos y simultáneos.
  4. - Combinando giros.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. ANÁLISIS DIAGNÓSTICO Y PRUEBAS DE NIVEL

1. Aspectos básicos.
  1. - Demostración y ayudas.
  2. - Seguridad, riesgos y síntomas de fatiga.
  3. - Adaptación a las tipologías de usuarios.
  4. - Contraindicaciones.
2. Medidas antropométricas.
  1. - Parámetros básicos.
  2. - Instrumentos y procedimiento de aplicación.
  3. - Interpretación de información.
3. Pruebas biológico-funcionales.
  1. - Parámetros básicos.
  2. - Instrumentos y procedimiento de evaluación.
  3. - Interpretación de información.
4. Pruebas de análisis postural.
  1. - Parámetros básicos.
  2. - Instrumentos y procedimiento de aplicación.
5. Pruebas de valoración de la condición física para las actividades en el medio acuático.
  1. - Parámetros básicos.
  2. - Instrumentos y procedimiento de aplicación.
  3. - Herramientas de recogida de la información.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ACTIVIDADES ACUÁTICAS: PROGRAMAS

1. Introducción a las actividades acuáticas.
2. Programas acuáticos.
  1. - Ámbito utilitario.
  2. - Ámbito educativo.
  3. - Ámbito recreativo.
  4. - Ámbito deportivo.
  5. - Ámbito de salud y terapéutico.

6. - Ámbito mantenimiento-entrenamiento.
3. Variables y condicionantes del medio.
  1. - Vaso.
  2. - Temperatura.
  3. - Nivel del grupo.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA Y PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

1. Teoría y bases fundamentales del aprendizaje y desarrollo motor.
  1. - Elementos del proceso de enseñanza.
  2. - Proceso de adquisición de la habilidad motriz en el medio acuático.
  3. - Proceso básico de adquisición de las habilidades motrices.
  4. - Condiciones de práctica.
2. Los estilos de enseñanza: adaptación a las actividades de natación para los diferentes tipos de usuarios.
3. Diseño y desarrollo de la sesión de actividades de natación, para su adecuación a las necesidades y expectativas de cada tipo de usuario.
  1. - Identificación de las necesidades de cada tipo de usuario.
  2. - Establecimiento de los objetivos didácticos.
  3. - Establecimiento de los contenidos a desarrollar en las diferentes sesiones de actividades de natación.
  4. - Metodología a utilizar en el desarrollo de las sesiones de actividades de natación.
  5. - Descripción de los recursos humanos y materiales necesarios para el desarrollo de la sesión en condiciones de seguridad y su adecuación a las necesidades del usuario.
4. La intervención docente en la sesión de actividades de natación.
  1. - La estructura de la sesión.
  2. - Control básico del desarrollo de la sesión.
  3. - Interacción técnico-usuario.
  4. - Soportes y medios gráficos de refuerzo informativo durante el desarrollo de la sesión.
5. Control, seguimiento y evaluación continua de los resultados individuales, para la adaptación de las sesiones a las necesidades de los diferentes tipos de usuarios.
  1. - Control de la participación de los usuarios.
  2. - Control de las contingencias y previsión de incidencias.
  3. - Control del uso del material.
6. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza.
  1. - Concepción tradicional.
  2. - Aprender a nadar.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. APRENDIZAJE TÉCNICO DE CROL

1. El estilo crol: conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
  1. - Definición y características principales.
  2. - Ejercicios de asimilación del estilo crol.
2. Posición del cuerpo.
  1. - Alineación horizontal del cuerpo.
  2. - Alineación lateral del cuerpo.
  3. - Rotación del cuerpo.
3. Acción de los brazos.
  1. - Fase propulsiva.

2. - Fase de recuperación.
4. Acción de las piernas.
5. La respiración.
  1. - Adaptación de la respiración a los movimientos dentro del agua.
  2. - La respiración en el estilo crol.
6. Coordinación.
  1. - Tipos de coordinación.
  2. - Factores condicionantes de la coordinación.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. APRENDIZAJE TÉCNICO DE ESPALDA

1. El estilo espalda: conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
  1. - Estilo espalda: definición y características principales.
  2. - Ejercicios de asimilación del estilo espalda.
2. Posición del cuerpo.
3. Acción de los brazos.
  1. - Barrido, tracción o fase acuática.
  2. - Recobro o fase aérea.
4. Acción de las piernas.
  1. - Movimiento hacia arriba o ascendente de la pierna.
  2. - Movimiento hacia abajo o descendente de la pierna.
5. Respiración en el estilo espalda.
6. Coordinación.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. APRENDIZAJE TÉCNICO DE BRAZA

1. El estilo braza: conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
  1. - Definición y características principales.
  2. - Ejercicios de asimilación del estilo braza.
2. Posición del cuerpo.
  1. - Posiciones fundamentales del estilo a braza.
  2. - Estilos de braza según la posición del cuerpo.
3. Acción de los brazos.
  1. - Fases.
4. Acción de las piernas.
  1. - El movimiento de las piernas en el nado a braza.
  2. - La patada para el avance en el agua en el nado a braza.
5. Respiración en el estilo braza.
6. Coordinación.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. APRENDIZAJE TÉCNICO DEL ESTILO MARIPOSA

1. El estilo mariposa: conocimiento, ejercicios de asimilación y ejecución práctica.
  1. - Definición y características principales.
  2. - Ejercicios de asimilación del estilo mariposa.
2. Posición del cuerpo.
  1. - Movimiento de la cadera característico del nado a mariposa.
3. Acción de los brazos.
  1. - Tracción acuática o fase propulsiva.

2. - Recobro o fase aérea.
4. Acción de las piernas.
  1. - Patada ascendente.
  2. - Patada descendente o propulsión.
5. Respiración en el estilo mariposa.
6. Coordinación.

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. NATACIÓN: ETAPAS DE APRENDIZAJE

1. Natación en bebés
  1. - Etapas del bebé
  2. - El bebé y la natación
2. Natación infantil
  1. - Fases del programa infantil
3. Natación en adultos
  1. - Mayores de 65 años
4. Natación para personas con discapacidad

#### UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS Y SALVAMENTO EN LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN EDUCATIVA

1. Características del agua y consideraciones relativas a la ropa.
  1. - Consideraciones relativas a la ropa.
  2. - Consideraciones relativas al calzado.
  3. - Consideraciones relativas al cabello y a la turbiedad de las aguas.
2. Organización del salvamento y socorrismo.
3. La percepción del problema: elementos esenciales en la percepción.
4. El análisis de la situación.
5. La toma de decisiones.
6. Ejecución de las acciones de rescate.
7. Técnicas de rescate en instalaciones acuáticas.
  1. - De localización, puntos de referencia y composición de lugar.
8. La utilización del material como medio auxiliar de rescate acuático.
  1. - El aro salvavidas.
  2. - El tubo de rescate.
  3. - La boya torpedo

#### MÓDULO 2. MONITOR DE NATACIÓN

##### UNIDAD DIDÁCTICA 1. CUALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DEL MONITOR

1. Cualidades físicas básicas que debe poseer y desarrollar el monitor
2. Las cualidades psicomotrices
3. Habilidades sociales del monitor
4. Actitudes desarrolladas por el monitor

##### UNIDAD DIDÁCTICA 2. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA IMPLICADA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA

1. Introducción a la anatomía

2. Sistema óseo
3. Sistema muscular
4. Sistema nervioso
5. Sistema linfático

#### UNIDAD DIDÁCTICA 3. METABOLISMO EN FISIOLÓGÍA DEL EJERCICIO

1. El ejercicio físico
2. Adaptaciones orgánicas en el ejercicio
3. Metabolismo energético durante el ejercicio. La fatiga

#### UNIDAD DIDÁCTICA 4. METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA DE LA NATACIÓN

1. Introducción
2. Los aprendizajes en natación
3. Métodos de enseñanza
4. Estilos de enseñanza en actividades acuáticas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ENFOQUES Y APLICACIONES DE LAS ACTIVIDADES ACUÁTICAS

1. Introducción
2. Variables y condicionantes que inciden en un programa de actividades acuáticas
3. Variables y condicionantes didácticos
4. Material auxiliar

#### UNIDAD DIDÁCTICA 6. ALGUNAS CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS PARA MONITORES DE NATACIÓN

1. Planteamientos pedagógicos de la enseñanza
2. El juego: un aprendizaje diferente
3. Aplicación a las actividades acuáticas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS DE NATACIÓN (CROL Y BRAZA)

1. El crol en la natación
2. La braza en la natación

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. TÉCNICAS BÁSICAS DE LOS ESTILOS (ESPALDA Y MARIPOSA)

1. La técnica del estilo espalda
2. Técnica del estilo mariposa

#### UNIDAD DIDÁCTICA 9. DEFECTOS MÁS COMUNES EN LOS CUATRO ESTILOS

1. Introducción
2. Observación
3. Cómo mejorar la técnica

#### UNIDAD DIDÁCTICA 10. ALIMENTACIÓN EN EL DEPORTE

1. Fundamentación teórica
2. Gasto calórico
3. Nutrientes en el deporte

#### UNIDAD DIDÁCTICA 11. ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD

1. Conceptos básicos: actividad física, ejercicio físico y condición física
2. Beneficios de la actividad física
3. Efectos de la actividad física y la alimentación
4. Cineantropometría
5. Ayudas ergogénicas

#### UNIDAD DIDÁCTICA 12. PRIMEROS AUXILIOS

1. Reanimación cardiopulmonar
2. Lesiones por frío y el calor (Congelación e Hipotermia)
3. Calambre, agotamiento y golpe de calor

## ¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

### Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

¡Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,  
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 900 831 200

 [formacion@euroinnova.com](mailto:formacion@euroinnova.com)

 [www.euroinnova.edu.es](http://www.euroinnova.edu.es)

### Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



Ver en la web



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

 By  
**EDUCA EDTECH**  
Group