

ACTIVIDAD: PROPUESTA DE ACCIÓN FORMATIVA:  
SOCORRISMO EN INSTALACIONES ACUÁTICAS  
SOCORRISMO EN ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES

## 1.- INTRODUCCIÓN.

Desde *Expande Formación S.C.* somos conscientes del continuo entorno cambiante en el que nos movemos .La necesidad de seguir creciendo junto con la necesidad de contar con personal cada vez mas cualificado es el motor que nos hace plantear acciones formativas dirigidas a:

- técnicos deportivos.
- Socorristas.
- Conserjes.
- personal de atención al cliente.
- servicios de limpieza.
- personal de mantenimiento.
- Jardinería.
- Otros.

Por tanto nos centramos en la programación de un amplio abanico de actividades formativas enfocadas al desarrollo y mejora de las necesidades.

Nuestros cursos se caracterizan por ser:

- Cursos breves y concretos, de poca duración, lo que facilita la asistencia o la inclusión en el calendario laboral de los alumnos.
- Cursos económicos y accesibles.
- Cursos fundamentalmente prácticos, la mayoría de nuestros profesores plasman sus vivencias personales y sus experiencias como valor añadido de los cursos.
- Formación académica del profesorado y experiencia profesional acorde con los objetivos planteados.
- La metodología que se utilizará, eminentemente practica, así como la evaluación que se realiza a los asistentes.
- Los recursos y materiales que utilizamos (material didáctico, manual, CD's, presentaciones en power point...etc.) están incluidos en el precio final.
- Certificado reconocido por la *Consellería d'educació* y *Exma. Diputación de Alicante* y en algunos cursos la *Universitat d'Alacant* a través de les *Seus Universitaries*.

## 2.- TEMPORALIZACIÓN (DURACIÓN, FECHA Y HORARIO, DÍAS DE JUEGO)

Fechas del Curso: 16 DE JULIO DEL 2010 PRESENTACIÓN.

FECHA INICIO: 2 DE AGOSTO DEL 2010.

Horario del Curso: De lunes a Viernes

- Mañanas: 9 a 13 h
- Tardes: 16:00 a 20:00

Fecha Exámenes Finales

Instalación necesaria: Aula y Piscina.

### 3. PLAN DE FORMACIÓN:

#### 1. DENOMINACIÓN DE LOS CURSOS DE FORMACIÓN

Los cursos de formación que se proponen y realizan tienen como referencia las directrices establecidas por el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales (INCUAL), del Ministerio de Educación y publicadas en la Cualificación Profesional de “*Socorrismo en Instalaciones Acuáticas*” (BOE, 9 de marzo de 2004).

Siguiendo este referente, el curso se denomina:

- **“Socorrismo en Instalaciones Acuáticas” (BOE, 9 de marzo de 2004).**
- **“Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales” (BOE, 1 de diciembre de 2007).**

#### DESTINATARIOS DE LOS CURSOS Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

Los destinatarios de las actividades formativas de Expande Formación son diversos, siendo requisito previo tener más de 18 años o cumplirlos durante la etapa formativa y tener el nivel de la enseñanza secundaria obligatoria.

#### CURSOS DE FORMACIÓN EN SOCORRISMO ACUÁTICO PROFESIONAL

<b>Socorrismo en Instalaciones Acuáticas</b>
<b>Número de horas: 340</b>
<p style="text-align: center;"><u>Objetivos:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ofertar los módulos formativos correspondientes a la Cualificación Profesional de Socorrismo en Instalaciones Acuáticas, cumpliendo las referencias establecidas en las Cualificaciones Profesionales de Socorrismo publicadas en el BOE (9-03-04).</li> <li>- Superar los niveles establecidos en la Cualificación Profesional de Socorrismo en Instalaciones Acuáticas, siguiendo las referencias establecidas en las Cualificaciones Profesionales de Socorrismo publicadas en el BOE (9-03-04).</li> <li>- Formar a los alumnos en materias directamente relacionadas con la vida y la educación, la prevención de accidentes y ahogamientos, el rescate de víctimas y los primeros auxilios.</li> <li>- Aportar posibilidades laborales a los alumnos que superen el curso, en un campo profesional en el que las ofertas de trabajo son numerosas y no llegan a cubrirse.</li> </ul>
<u>Contenidos:</u>
<b>Módulo de Natación:</b>

- Adaptación al medio acuático. Prácticas de habilidades y destrezas básicas.
- Técnicas básicas en los 4 estilos:
- Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la resistencia en el medio acuático.
- Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la velocidad de nado.

**Módulo de Prevención de accidentes en instalaciones acuáticas:**

- Características del socorrismo acuático.
- El Socorrista.
- Legislación relacionada con el socorrismo en instalaciones acuáticas.
- La prevención.
- La vigilancia.
- Aspectos psicológicos de la vigilancia.
- Comunicación aplicada a situaciones de prevención de riesgos.
- Protocolos de actuación y Planes de emergencia.
- Barreras arquitectónicas.
- Entrenamiento en el medio acuático.
- Fundamentos de Psicología y sociología aplicados a detectar rasgos significativos de la personalidad, motivaciones e intereses.

**Módulo de Rescate de accidentados en instalaciones acuáticas:**

- Situaciones de riesgo más frecuentes en el medio acuático.
- Características del agua y consideraciones relativas a ropa y calzado.
- Lesiones específicas en el medio acuático.
- Fases de intervención en el socorrismo acuático.
- Técnicas específicas de rescate acuático.
- Aspectos psicológicos en la fase crítica del rescate.

### **Módulo de Primeros Auxilios:**

- Fundamentos de socorrismo.
- Soporte vital básico en socorrismo.
- Atención inicial a emergencias más frecuentes.
- Sistemas de recogida y transporte de accidentados.
- El botiquín de primeros auxilios.
- Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe.
- Principios psicológicos y técnicas de comunicación en situaciones de accidente o emergencia.

#### Criterios de evaluación:

- **Asistencia, participación y actitud positiva en clases teóricas y prácticas.**
- **Superación de pruebas de aptitud física y teórica.**

#### Profesorado:

Licenciados en Medicina, Diplomados Universitarios en Enfermería, Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte con Maestría en Salvamento Acuático.

Todos con la colegiación correspondiente que permita cumplir la legislación vigente y un seguro completo de responsabilidad civil en el desempeño de labores docentes.

#### Pruebas de aptitud física:

**Descritas en la Cualificación Profesional de Socorrismo en Instalaciones Acuáticas**

### **MÓDULO FORMATIVO DE NATACIÓN**

- *Realizar 300 metros de nado con aletas en un tiempo máximo de cinco minutos y treinta segundos, coordinando correctamente la respiración y los movimientos, y nadando de forma continua y fluida.*
- *Realizar 200 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos.*

- Realizar 100 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de un minuto cincuenta segundos.

- Bucear sobre una distancia de veinticinco metros (apnea continua), recogiendo diez aros del fondo, distribuidos en zig-zag a lo largo de una calle de la piscina, colocados cada dos metros, a partir de cinco metros de la salida.

### MÓDULO FORMATIVO DE RESCATE DE ACCIDENTADOS EN INSTALACIONES ACUÁTICAS

- Realizar 25 m. de rescate de maniquí con la vestimenta propia del socorrista en un tiempo máximo de 45 segundos, cumpliendo la siguiente secuencia: posición de partida de pie, tras la señal entrar en el agua, realizar 12,5 metros de nado libre, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 12,5 metros sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

- Realizar 50 metros de rescate de maniquí en un tiempo máximo de 1 minuto 10 segundos, cumpliendo la siguiente secuencia: posición de partida de pie, tras la señal entrar en el agua, realizar 25 metros de nado libre, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 25 metros sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

- Realizar 75 metros con desplazamiento terrestre y material de rescate en un tiempo máximo de 1 minuto 30 segundos, cumpliendo la siguiente secuencia: posición de partida de pie, con bañador, camiseta de manga corta y chanclas; después de la señal realizar 12,5 metros en desplazamiento terrestre, recoger el material de rescate determinado previamente, que estará colgado a una altura normal (entre 1,5 y 2 metros), o bien colocado verticalmente en el suelo, realizar los restantes 12,5 metros de desplazamiento terrestre con material, entrar en el agua de forma correcta con el mismo, realizar 25 metros de nado libre, recoger correctamente a una persona que finge inconsciencia (en la superficie y de espaldas al alumno) y remolcarla 25 metros utilizando el material de forma correcta, sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

- Realizar 100 metros de rescate de maniquí con aletas en un tiempo máximo de 2 minutos, cumpliendo la siguiente secuencia: posición de partida de pie con aletas en la mano; después de la señal colocarse las aletas, entrar en el agua, realizar 50 metros de nado libre con aletas, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 50 metros sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias.

## Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales

Número de horas:

360

Objetivos:

- Ofertar los módulos formativos correspondientes a la Cualificación Profesional de Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales, cumpliendo las referencias establecidas en las Cualificaciones Profesionales de Socorrismo publicadas en el BOE (1-12-07).
- Superar los niveles establecidos en la Cualificación Profesional de Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales, siguiendo las referencias establecidas en las Cualificaciones Profesionales de Socorrismo publicadas en el BOE (1-12-07).
- Formar a los alumnos en materias directamente relacionadas con la vida y la educación, la prevención de accidentes y ahogamientos, el rescate de víctimas y los primeros auxilios.
- Aportar posibilidades laborales a los alumnos que superen el curso, en un campo profesional en el que las ofertas de trabajo son numerosas y no llegan a cubrirse.

Contenidos:

**Módulo de Natación:**

- Adaptación al medio acuático. Prácticas de habilidades y destrezas básicas.
- Técnicas básicas en los 4 estilos:
- Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la resistencia en el medio acuático.
- Ejecución práctica de nado para el desarrollo de la velocidad de nado.

**Módulo de Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales:**

- Fundamentos de socorrismo acuático.
- El socorrista acuático.
- Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales.
- La vigilancia en los espacios acuáticos naturales.
- Gestión y organización del socorrismo en los espacios acuáticos naturales.
- Comunicación aplicada a las situaciones preventivas de accidente o emergencia.
- Factores ambientales en los espacios acuáticos naturales con incidencia en el socorrismo.

- Fundamentos de psicología en socorrismo acuático.
- Legislación en relación con el socorrismo en espacios acuáticos naturales.

**Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales:**

- Dominio del medio en socorrismo acuático.
- Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales
- Traslado y extracción de accidentados en espacios acuáticos naturales.
- Maniobras, tareas y técnicas específicas en los diferentes espacios acuáticos naturales.
- Entrenamientos, pruebas y simulacros para el socorrismo en espacios acuáticos naturales.
- Comunicación aplicada a las situaciones de rescates en accidentes o emergencias.
- Fundamentos de psicología en la fase de rescate.

**Módulo de Primeros Auxilios:**

- Fundamentos de socorrismo.
- Soporte vital básico en socorrismo.
- Atención inicial a emergencias más frecuentes.
- Sistemas de recogida y transporte de accidentados.
- El botiquín de primeros auxilios.
- Actuación general ante emergencia colectiva y catástrofe.
- Principios psicológicos y técnicas de comunicación en situaciones de accidente o emergencia.

Criterios de evaluación:

- **Asistencia, participación y actitud positiva en clases teóricas y prácticas.**
- **Superación de pruebas de aptitud física y teórica.**

**Profesorado:**

Licenciados en Medicina, Diplomados Universitarios en Enfermería, Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte con Maestría en Salvamento Acuático.

Todos con la colegiación correspondiente que permita cumplir la legislación vigente y un seguro completo de responsabilidad civil en el desempeño de labores docentes.

**Pruebas de aptitud física:**

**Descritas en la Cualificación Profesional de Socorrismo en Instalaciones Acuáticas**

**MÓDULO FORMATIVO DE NATACIÓN**

- Realizar 300 metros de nado con aletas en un tiempo máximo de cinco minutos y treinta segundos, coordinando correctamente la respiración y los movimientos, y nadando de forma continua y fluida.
- Realizar 200 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos.
- Realizar 100 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de un minuto cincuenta segundos.
- Bucear sobre una distancia de veinticinco metros (apnea continua), recogiendo diez aros del fondo, distribuidos en zig-zag a lo largo de una calle de la piscina, colocados cada dos metros, a partir de cinco metros de la salida.

**MÓDULO FORMATIVO DE RESCATE DE ACCIDENTADOS EN ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES**

- En un supuesto práctico, realizar el rescate con material de un accidentado ficticio consciente, que simula estar desorientado y en estado de pánico, en el espacio acuático natural, cumpliendo la siguiente secuencia:
  - Posición de partida en pie, fuera del agua, con material de rescate determinado previamente (tubo de rescate) y con aletas en la mano.
  - Tras la señal realizar 30 metros en desplazamiento terrestre con el material.
  - Entrar en el agua de forma correcta y colocarse las aletas.
  - Realizar 75 metros (aproximadamente) en nado libre con una técnica que permita una observación continuada del accidentado, que se encuentra en un lugar donde no se hace pie.
  - Facilitar la recogida del material de rescate al accidentado sin que éste pueda llegar al socorrista.
  - Asegurar el control del accidentado con el material de rescate actuando a su espalda.

- *Trasladarle de forma controlada sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla.*
- *Ayudarle a salir del agua.*
  
- *En un supuesto práctico, realizar el rescate con material de un accidentado ficticio inconsciente en el espacio acuático natural, cumpliendo la siguiente secuencia:*
  - *Posición de partida en pie, fuera del agua, con material de rescate determinado previamente (tubo de rescate) y con aletas en la mano.*
  - *Tras la señal, realizar 30 metros en desplazamiento terrestre con el material.*
  - *Entrar en el agua de forma correcta y colocarse las aletas.*
  - *Realizar 50 metros (aproximadamente) en nado libre hasta el accidentado.*
  - *Asegurar el control de la persona que simula inconsciencia con el material de rescate.*
  - *Trasladarla de forma controlada sin que el agua pase por encima de sus vías respiratorias hasta la orilla.*
  - *Realizar su extracción del agua de forma segura y rápida.*
  
- *En un supuesto práctico en el que una persona simula ser un accidentado con lesión medular en el espacio acuático natural, realizar la aproximación, control, inmovilización manual, traslado y extracción del agua, inmovilización completa con collarín y tablero espinal, organizando la ayuda de 2-3 personas siguiendo las pautas de los protocolos establecidos.*
  
- *En un supuesto práctico, realizar dos intervenciones de rescate no consecutivas, una con embarcación y otra con moto acuática de rescate, de un accidentado ficticio consciente en el espacio acuático natural, cumpliendo la siguiente secuencia:*
  - *Posición de partida habitual en labores de vigilancia dentro del agua.*
  - *Comunicación de la emergencia para el inicio del rescate.*
  - *Colaborar en una navegación segura y rápida de una distancia aproximada de 200 metros hasta llegar al accidentado, que se encuentra en un lugar donde no hace pie.*
  - *Ayudar al accidentado a subir a bordo sin permitir que dificulte el rescate.*
  - *Ubicar correctamente al accidentado a bordo.*
  - *Asegurar el correcto desembarco del accidentado en la orilla.*
  
- *En un supuesto práctico, realizar dos intervenciones de rescate no consecutivas, una con embarcación y otra con moto acuática de rescate, de un accidentado ficticio inconsciente en el espacio acuático natural, cumpliendo la siguiente secuencia:*
  - *Posición de partida habitual en labores de vigilancia dentro del agua.*
  - *Comunicación de la emergencia para el inicio del rescate.*
  - *Colaborar en una navegación segura y rápida de una distancia aproximada de 200 metros hasta llegar al accidentado, que se encuentra en un lugar donde no hace pie.*
  - *Realizar la entrada al agua con seguridad.*
  - *Controlar y trasladar a la persona que simula estar inconsciente.*
  - *Izar al accidentado a bordo.*
  - *Ubicar al accidentado a bordo.*
  - *Asegurar el desembarco del accidentado en la orilla.*

PLAN DE FORMACIÓN:

**SOCORRISMO EN INSTALACIONES ACUÁTICAS Y SOCORRISMO ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES**

**MÓDULOS FORMATIVOS RELACIONADOS CON LA FIGURA DEL SOCORRISTA**

- [Natación.](#) 120 h.cas.
- [Primeros Auxilios.](#) 60 h.cas. **520 Horas**
- Prevención de accidentes en instalaciones acuáticas. 70 horas.
- Rescate de accidentados en el medio acuático. 90 horas.
- Prevención de accidentes en espacios acuáticos naturales. 60 horas.
- Rescate de accidentados en espacios acuáticos naturales. 120 horas.



**SOCORRISMO EN INSTALACIONES ACUÁTICAS**

<b>NATACIÓN</b>	120 horas módulo 118 horas cursadas - 2 horas presenciales (autónomas y tutorizadas)						
<b>PREVENCIÓN</b>	70 horas módulo (5 horas estudio - 25 horas presenciales - 40 horas prácticas)						
<b>RESCATE</b>	90 horas módulo (15 horas estudio - 20 horas presenciales - 55 horas prácticas)						
<b>PP.AA.</b>	60 horas módulo (20 horas estudio - 35 horas presenciales - 5 horas prácticas)						
	<table border="0"> <tr> <td>Total fase autónoma</td> <td>Total fase presencial</td> <td>Total fase práctica</td> </tr> <tr> <td>158 horas</td> <td>82 horas</td> <td>100 horas</td> </tr> </table>	Total fase autónoma	Total fase presencial	Total fase práctica	158 horas	82 horas	100 horas
Total fase autónoma	Total fase presencial	Total fase práctica					
158 horas	82 horas	100 horas					

**SOCORRISMO EN ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES**

**MÓDULOS FORMATIVOS**

- [Natación](#) 120 h.cas.
- [Primeros Auxilios](#) 60 h.cas. **360 Horas**
- Prevención de accidentes en instalaciones acuáticas 60 horas.
- Rescate de accidentados en instalaciones acuáticas 120 horas.

**NATACIÓN PREVENCIÓN RESCATE PP.AA.**

Cualificación Profesional de Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales

**IMPORTANTE:** Para obtener la certificación de Socorrismo en Espacios Acuáticos Naturales es necesario obtener previamente la de Socorrismo en Instalaciones Acuáticas.

SOCORRISMO EN ESPACIOS ACUÁTICOS NATURALES							
<b>NATACIÓN</b>	120 horas módulo 118 horas cursadas - 2 horas presenciales (autónomas y tutorizadas)						
<b>PREVENCIÓN</b>	60 horas módulo (10 horas estudio - 25 horas presenciales - 25 horas prácticas)						
<b>RESCATE</b>	120 horas módulo (18 horas estudio - 32 horas presenciales - 70 horas prácticas)						
<b>PP.AA</b>	60 horas módulo (20 horas estudio - 35 horas presenciales - 5 horas prácticas)						
	<table border="0"> <tr> <td>Total fase autónoma</td> <td>Total fase presencial</td> <td>Total fase práctica</td> </tr> <tr> <td>166 horas</td> <td>94 horas</td> <td>100 horas</td> </tr> </table>	Total fase autónoma	Total fase presencial	Total fase práctica	166 horas	94 horas	100 horas
Total fase autónoma	Total fase presencial	Total fase práctica					
166 horas	94 horas	100 horas					

### 3.- LUGAR O INSTALACIÓN.

Universidad Miguel Hernández: Aula de Formación y Piscina.  
Prácticas de mar en: Campello

### 4.- ORGANIZACIÓN:

EXPANDE FORMACIÓN S.C.  
UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ

Créditos de libre elección.

### 5.- RECURSOS HUMANOS.

**Directora técnica Expande Formación: Nuria Pla Villena**  
**Profesora de Primeros Auxilios: Laura Asensio, María Carrión**  
**Profesor de Socorrismo Acuático: Esteban Sánchez, Ariel Dominguez**

### 7.- RECURSOS MATERIALES.

Proyector. (aportado por la empresa)  
Ordenador (aportado por la empresa)  
Formadores (aportados por la empresa)  
Material de Rescate: Marpa, latas de rescate, muñeco de RCP de primeros auxilios.

A cada alumno se le entregarán dos libros: Primeros Auxilios y Socorrismo acuático. Y una máscara de protección.

### 8.- PROMOCIÓN Y DIFUSIÓN

Cartelería y Mailing.

9.- PRESUPUESTO.

A. GASTOS:

CONCEPTO	EUROS
Gastos de Coordinación	300
Gastos de Material - Libros: 750 € - Muñeco RCP: 230€ - Material de Socorrismo: 400€	1380
Formadores	3240
Seguro de Accidente por alumno ( 15 alumnos)	165.75

B. INGRESOS:

CONCEPTO	EUROS
<b>Cuota de inscripción por alumno</b>	420 €

TOTAL.