



SOCORRISMO ACUÁTICO



CONTACTO

- ❑ Delegación de formación FASS de Cádiz: 644 052 490. Lunes a viernes 9:00 a 13:00 h
- ❑ Mail: cadiz@fassandalucia.com
- ❑ Oficinas Área de Deportes UCA. 956016270. www.uca.es/deportes

DOCUMENTOS A ENTREGAR

La inscripción al curso se realizará en cualquiera de las oficinas del Área de Deportes en los distintos campus.

La entrega de documentos deberá realizarse el primer día del curso al monitor, aunque previamente deberá enviar toda la documentación escaneada al mail cadiz@fassandalucia.com

- ✓ Impresos de inscripción (I-01, I-02) que aparecen en las siguientes páginas ya firmados (**poner en la parte superior UCA**).
- ✓ Fotocopia del D.N.I. y un certificado de estudios que acredite tu nivel de estudios.
- ✓ Fotocopia del impreso del banco de ingreso del importe del curso:
 - Número de cuenta: ES36 2100 3833 6502 0012 1152. La Caixa.
 - Concepto: Nombre y apellidos, mes y provincia donde se va a realizar el curso.
- ✓ Una fotografía tamaño carnet (se pegará en el impreso I-02).
- ✓ Certificado médico oficial con el texto: "*No padece enfermedad infectocontagiosa y puede desarrollar actividades físicas tanto fuera como dentro del agua*". (Podrás ir a tu médico de cabecera para que te haga este certificado).

LUGAR DEL CURSO Y HORARIO

- ✓ **El lugar del curso:** Piscina Municipal Manuel Mestre. C/ Arquitecto Hernández Rubio. Jerez de la Frontera.
- ✓ El **horario** será de sábados (10 a 15 y 16 a 20) y domingo (10 a 15 horas). Durante **3 fines de semana**.
- ✓ **Duración:** del 9 al 23 de abril.
- ✓ El comienzo será el día 9 de abril.
- ✓ Desde el primer día de curso tendrás que traerte gorro, gafas y utensilios de ducha (importante). En cuanto a las aletas, se hablará de ellas en la presentación del curso.

HORAS

40 horas lectivas prácticas-50 horas lectivas teóricas. Trabajo presencial+online

TÍTULO OTORGADO Y CAPACITACIÓN

- ✓ **Nombre del título:** Técnico en Salvamento Acuático y Primeros Auxilios.
- ✓ **Homologa:** Junta de Andalucía y la Federación Andaluza de Socorrismo y Salvamento Acuático.
- ✓ **Capacita para:** Trabajar como socorrista acuático en todo tipo de piscinas de uso colectivo, públicas o privadas, en parques acuáticos y entornos abiertos (playas, lagos, ríos, etc.).

PLAZO DE INSCRIPCIÓN Y LUGAR

En las oficinas del Área de Deportes de la UCA o a través de la oficina virtual www.uca.es/deportes/oficina-virtual . El plazo estará abierto **hasta el día 5 de abril** o agotar plazas.



Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo Delegación de Cádiz



CONTENIDOS DEL CURSO Presencial + On Line	<ul style="list-style-type: none">--Anatomía, fisiología y primeros auxilios.--Teoría del salvamento acuático.--Teoría de la natación.--Psicología aplicada al salvamento.--Legislación aplicada al salvamento.--Talleres prácticos (34 horas con 8 pruebas físicas):<ul style="list-style-type: none">·Soporte Vital Básico / Iniciación a la Desfibrilación Semiautomática / Taller de oxigenoterapia.·Perfeccionamiento Natación.·Modalidades de Rescate / Rescate ante lesionados medulares.--Resolución de dudas y cuestiones del curso.	
PRUEBAS FÍSICAS A SUPERAR	<ol style="list-style-type: none">1. 50 m. salvamento con zafadura (20").2. 50 m. rescate con maniquí (1' 10").3. 75 m. con desplazamiento terrestre y material (1' 20").4. 25 m. buceo y rastreo (40").	<ol style="list-style-type: none">5. 150 m. rescate con aletas (3' 00").6. 100 m. salvamento con ropa (2' 45").7. 100 m. combinada con buceo (2' 45").8. 300 m. con aletas (4' 45").
REQUISITOS	<ul style="list-style-type: none">▪ Miembros de la Comunidad Universitaria con T.D. 15/16, a partir de 16 años.▪ Tener aprobado 4º ESO/Graduado Escolar o equivalente.▪ Superar la prueba física de acceso: 200 metros estilo libre en 4 minutos. En caso de no superar la prueba física, se podrá solicitar la devolución del ingreso.	
PRECIO Comunidad UCA	<ul style="list-style-type: none">▪ 300 euros. Podrán abonarse en la cuenta bancaria al completo o bien hacerlo en dos veces: 150 € antes del inicio del curso y los otros 150 € antes de la realización de los exámenes (no habrá derecho a examen sin el correspondiente 2º ingreso).	



DESCRIPCIÓN DE LAS PRUEBAS FÍSICAS A SUPERAR

1ª. 50 m. salvamento con zafaduras.	Tiempo Límite: 20" (25m)
Tras la señal entrada al agua sin hundir la cabeza, realizar 25m de nado libre con la cabeza fuera del agua mirando a la persona que simula ahogarse. Antes de llegar a ella a 2-3m sumergirse para realizar la toma de contacto por la espalda.	
2ª. 50 m. rescate del maniquí.	Tiempo Límite: 1'10"
Tras la señal entrada al agua sin hundir la cabeza, realizar 25m de nado libre con la cabeza fuera del agua, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 25m sin que el agua pase por encima de su cara.	
3ª. 75 m. con desplazamiento terrestre y material.	Tiempo Límite: 1'20"
Tras la señal realizar 25m en desplazamiento terrestre (con seguridad) se recoge el brazo de rescate y se efectúan 25m de nado libre, se controla con el flopi a una persona que simula inconsciencia y se remolca 25m sin que el agua pase por encima de su cara.	
4ª. 25 m. buceo y rastreo.	Tiempo Límite: 40"
Tras la señal realizar 25m de buceo, intentando recoger diez aros tirados al azar en una calle.	
5ª. 150 m. rescate con aletas.	Tiempo Límite: 3'00"
Tras la señal colocarse las aletas, entrar al agua, realizar 75m de nado libre con aletas, recoger el maniquí del fondo de la piscina en su parte más profunda y remolcarlo 75m sin que el agua pase por encima de su cara.	
6ª. 100 m. salvamento con ropa.	Tiempo Límite: 2'45"
Tras la señal entrada al agua, realizar 50m de nado libre con ropa, quitarse la ropa dentro del agua, recoger a una persona que simula inconsciencia utilizando el pantalón y remolcarlo 50m sin que el agua pase por encima de su cara.	
7ª. 100 m. combinada con buceo.	Tiempo Límite: 2'45"
Tras la señal entrar al agua, realizar 50m de nado libre, tocar la pared y, antes de cinco segundos, sumergirse y efectuar 15m de buceo hasta llegar al maniquí, recogerlo y remolcarlo 35m sin que el agua pase por encima de su cara.	
8ª. 300 m. con aletas.	Tiempo Límite: 4'45"
Tras la señal colocarse las aletas, entrar al agua, realizar 300m de nado libre con aletas, de forma continuada.	



IMPRESO DE INSCRIPCIÓN I-01 (Copia para la Delegación)

Nombre y apellidos del alumno/a:	
D.N.I.	
Fecha del curso:	

El alumno/a, al formalizar la presente inscripción, acepta las siguientes condiciones:

1. El alumno/a se someterá a las normas de funcionamiento del Centro que se incluyen en el Reglamento General y a las normas que sean de aplicación de las instalaciones donde se realice el curso.
2. El alumno/a acepta los cambios de horarios de clases y de turnos que sean realizados por la organización, según las necesidades del mismo.
3. El alumno/a, al inscribirse, se compromete a abonar el curso completo, aunque durante el desarrollo del mismo se diera de baja; en este caso no se devolverán las cantidades abonadas.
4. Si la baja del alumno se realizase antes del comienzo del mismo la FASS retendrá la cantidad estipulada en concepto de reserva de plaza, respetando la misma para un próximo curso.
5. En el caso de no poder finalizar el curso por motivos psíquicos o físicos justificados se mantendrán los derechos de examen del alumno/a durante el tiempo necesario para su recuperación, con un máximo de 1 año.
6. Si el alumno/a no superase alguna de las pruebas, ya sea teórica o práctica, tendrá la posibilidad de repetirla en los siguientes cursos durante un año. Si durante este periodo hubiese un cambio de año el alumno deberá abonar la cantidad estipulada del seguro de ese año.
7. La organización se reserva el derecho de suspender o retrasar el curso, antes del inicio del mismo, si fuera inviable su desarrollo.
8. Los alumnos recibirán las titulaciones de Técnico en Primeros Auxilios Salvamento y Socorrismo Acuático por la Federación Andaluza de Salvamento y Socorrismo

Firma del Alumno/a

*Firma del padre, madre o tutor legal
(sólo en caso de ser menor de edad)*



IMPRESO DE INSCRIPCIÓN I-02 (copia para la Delegación)

NÚMERO DE REGISTRO:	
----------------------------	--

A rellenar por la F.A.S.S.

<i>Pegar</i>
<i>Foto</i>
<i>Aquí</i>

Fecha:			
Nombre del alumno/a:			
Apellidos:			
D.N.I.:		Fecha de nacimiento:	
Teléfono fijo:		Móvil:	
E-mail:			
Domicilio:			
Localidad:		Provincia y C.P.:	
Persona de contacto en caso de accidente:	Nombre y apellidos:		
	Teléfono Fijo:	Móvil:	

DOCUMENTOS NECESARIOS:

La entrega de documentos deberá realizarse antes del comienzo del curso, en última instancia, y en el caso de personas de otra población podrá ser el primer día de curso.

- Impresos de inscripción (I-01, I-02) firmados y totalmente cumplimentados.
- 1 Fotocopia de DNI.
- 1 Foto tamaño carnet (pegar en el impreso).
- Resguardo del ingreso del abono del curso (300€, pudiendo realizar el pago en dos veces, la primera mitad al inicio del curso y la segunda al final antes de los exámenes) en Número de cuenta: **NUEVO IBAN ES36 2100 3833 6502 0012 1152 La Caixa (Cuenta de Branco Consulting)**. Al realizar el ingreso tendrá que indicarse como concepto el nombre y apellidos del alumno así como el mes y el municipio donde se va a realizar el curso.
- Certificado médico con el texto: "No padece enfermedad infecto-contagiosa y puede desarrollar actividades físicas tanto fuera como dentro del agua" (podrás ir a tu médico de cabecera para que te haga este certificado).
- En caso de que el alumno/a sea menor de edad el padre, madre o tutor legal deberá realizar una autorización firmada y aportar una fotocopia de su D.N.I. indicando claramente su consentimiento a la realización del curso de socorrismo.

d CURSO SOCORRISMO



MANUAL DE SALVAMENTO ACUÁTICO.

CURSO SOCORRISMO.

FEDERACIÓN ANDALUZA
SALVAMENTO Y SOCORRISMO



GUÍA DIDÁCTICA

MODALIDAD PRESENCIAL

CONTENIDOS PARTE ADICIONAL PRESENCIAL EN AULA

MÓDULO 2. PREVENIR ACCIDENTES O SITUACIONES DE EMERGENCIA.

- A. Socorrismo Acuático Básico
- B. Legislación Específica
- C. Vigilancia y Prevención de Accidentes Lección
- D. Comunicación Aplicada a la Prevención de Riesgos Lección
- E. Factores Ambientales, Influencia en la Intervención del Socorrista

MÓDULO 3. RESCATE DE PERSONAS EN CASO DE ACCIDENTE O SITUACIÓN DE EMERGENCIA.

- A. Técnicas de nado y condición física en el rescate de accidentados
- B. Extracción y traslado de accidentados

ÍNDICE

SESIÓN 1 . MÓDULO 2. A. Socorrismo acuático básico

SESIÓN 2 . MÓDULO 2. B. legislación C. vigilancia

**SESIÓN 3 . MÓDULO 2. D. Comunicación Aplicada a la Prevención de
Riesgos**

**SESIÓN 4 . MÓDULO 2. E. Factores Ambientales, Influencia en la
Intervención del Socorrista**

**SESIÓN 5 . MÓDULO 3. A. Técnicas de nado y acondicionamiento físico en
rescates**

SESIÓN 6 . MÓDULO 3. Extracción y traslado de accidentados 1/2

SESIÓN 7 . MÓDULO 3. Extracción y traslado de accidentados 2/2

PARTE PRESENCIAL EN AULA

MÓDULO 2. PREVENIR ACCIDENTES O SITUACIONES DE EMERGENCIA.	Horas: 4 horas	Sesión 1.
	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual	
A. SOCORRISMO ACUÁTICO BÁSICO		
Objetivos:		
<p>Que los alumnos sean capaces de:</p> <ul style="list-style-type: none">--- Supervisar la zona de baño público en el espacio acuático natural y efectuar las acciones para establecer un entorno seguro de baño público.--- Supervisar y, en su caso, acondicionar los recursos materiales de prevención, vigilancia, rescate y atención primaria para garantizar su estado y posible utilización según la normativa vigente.--- Comprobar el plan de actuación ante emergencias, los protocolos establecidos y los recursos de evacuación para garantizar su posible activación según los casos de accidentes o situaciones de emergencias.--- Utilizar la vestimenta personal y el material de autoprotección para estar identificados y prevenir riesgos laborales.--- Transmitir y hacer cumplir las pautas de comportamiento y los consejos para evitar accidentes o situaciones de emergencia a los usuarios de la zona de baño público, utilizando técnicas de comunicación eficaces que garanticen seguridad y convivencia.--- Vigilar la zona de baño público de forma permanente y sistemática, para prevenir y anticiparse al riesgo potencial de accidentes y/o situaciones de emergencia.		

Contenidos:**1 SOCORRISMO ACUÁTICO**

- 1 Historia
- 2 Datos estadísticos de interés
- 3 Tipos
- 4 Objetivos
- 5 Posibilidades y límites de mejora

2 PERFIL PROFESIONAL DEL SOCORRISTA

- 1 Definición
- 2 Actitudes y aptitudes
- 3 Funciones del socorrista

3 EQUIPAMIENTO EN EL LUGAR DE TRABAJO

- Material de salvamento
- De alcance
- De contacto
- De apoyo
- De comunicación
- El puesto de salvamento

Desarrollo metodológico:

1. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos
2. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min)
3. Preparación para exposición (40 min)
4. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min)

MÓDULO 2. PREVENIR ACCIDENTES O SITUACIONES DE EMERGENCIA. B. LEGISLACIÓN C. VIGILANCIA	Horas: 4 horas Sesión 2.
Objetivos: -- Desarrollados en sesión 1	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Contenidos: B. LEGISLACIÓN 1 Leyes y normativas relacionadas con la seguridad <ul style="list-style-type: none"> • Derechos y deberes laborales del socorrista acuático. PERFIL PROFESIONAL DEL SOCORRISTA • Responsabilidad civil y penal de socorrista acuático 2 Barreras arquitectónicas <ul style="list-style-type: none"> • legislación estatal y autonómica • las clases de barreras físicas • modificaciones arquitectónicas y funcionalidad de los espacios acuáticos • factores y recursos de seguridad: cuestionarios de control. protocolos de actuación y planes de emergencia C. Vigilancia y prevención de accidentes <ul style="list-style-type: none"> • Causas más frecuentes de accidentes • Prevención y seguridad en programas de actividades • prevención de accidentes y ahogamientos: educación e información. recursos humanos y materiales para una prevención eficaz de accidentes acuáticos 	

Desarrollo metodológico:

5. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos
6. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min)
7. Preparación para exposición (40 min)
8. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min)

MÓDULO 2. PREVENIR ACCIDENTES O SITUACIONES DE EMERGENCIA. D. COMUNICACIÓN APLICADA A LA PREVENCIÓN DE RIESGOS	Horas: 4 horas Sesión 3.
	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Objetivos: -- Desarrollados en sesión 1	
Contenidos: 1 habilidades sociales del socorrista <ul style="list-style-type: none"> • escucha activa. Errores de la escucha • empatía • ayudar a pensar • objetivos de la comunicación • cumplimiento de normas • resolución de conflictos 2 técnicas de comunicación <ul style="list-style-type: none"> • modelos de estilos de comunicación • utilización del lenguaje oral y del escrito en la transmisión de mensajes 3. Fundamentos de psicología y sociología aplicados <ul style="list-style-type: none"> • motivación • actitudes • características de las distintas etapas de desarrollo de la personalidad en relación con la participación • características de personas pertenecientes a colectivos con necesidades especiales • estrés en socorrismo acuático • ansiedad ante situaciones de emergencia • control de la activación: respiración y relajación 	
Desarrollo metodológico: 9. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos 10. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min) 11. Preparación para exposición (40 min) 12. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min)	

MÓDULO 2. PREVENIR ACCIDENTES O SITUACIONES DE EMERGENCIA. E. FACTORES AMBIENTALES, INFLUENCIA EN LA INTERVENCIÓN DEL SOCORRISTA	Horas: 3 horas Sesión 4.
Objetivos: -- Desarrollados en sesión 1	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Contenidos: 1 Tipos de espacios y características <ul style="list-style-type: none"> • Playas marítimas • playas fluviales • embalses y lagos • ríos, riadas y otros posibles • fauna y flora peligrosas 2 factores atmosféricos <ul style="list-style-type: none"> • estado del cielo viento, meteoros temperatura y otros posibles 3. factores que afectan al medio acuático <ul style="list-style-type: none"> • mareas • oleaje • corrientes • orografía del terreno • temperatura, turbidez y visibilidad del agua • cambios bruscos de profundidad 4. Factores humanos <ul style="list-style-type: none"> • afluencia de usuarios y presencia en actividades recreativas o deportivas 	
Desarrollo metodológico: <ol style="list-style-type: none"> 1. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos 2. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min) 3. Preparación para exposición (40 min) 4. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min) 	

MÓDULO 3. RESCATE DE PERSONAS EN CASO DE ACCIDENTE A. TÉCNICAS DE NADO Y ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN RESCATES	Horas: 3 horas Sesión 5.
	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Objetivos: -- Desarrollados en sesión 1	
Contenidos: 1 Buceo básico <ul style="list-style-type: none"> • nociones físicas aplicadas al buceo • buceo con equipo subacuático sencillo: aletas, gafas y tubo • modificaciones de la visión 2 aplicación de técnicas de entrada y aproximación al accidentado <ul style="list-style-type: none"> • sin material • con material • desde la orilla • desde embarcaciones • la ropa de salvamento • los estilos de nado adaptados al salvamento en el medio natural 3. acondicionamiento físico del socorrista <ul style="list-style-type: none"> • el entrenamiento en el medio acuático • principios generales del entrenamiento • capacidades físicas (condicionales y coordinativas) • medios, métodos y control del entrenamiento de las capacidades físicas en salvamento y socorrismo • entrenamiento específico de los sistemas de traslado en salvamento acuático • métodos, medios y control/evaluación • principios básicos de la programación de la condición física general y específica del socorrista 	

Desarrollo metodológico:

1. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos
2. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min)
3. Preparación para exposición (40 min)
4. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min)

MÓDULO 3. RESCATE DE PERSONAS EN CASO DE ACCIDENTE C. Extracción y traslado de accidentados 1/2	Horas: 3 horas Sesión 6.
	Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Objetivos: -- Dominar habilidades, destrezas y técnicas de nado en el medio acuático natural para realizar intervenciones de rescate eficaces. --- Definir las condiciones del entorno y del accidente para decidir la intervención siguiendo los planes de emergencia y/o protocolos establecidos. --- Realizar el rescate de la víctima desde la orilla en función de las condiciones del entorno del accidente, del estado de consciencia de la misma y de los recursos humanos y materiales disponibles. --- Realizar el rescate de la víctima desde embarcaciones a motor apropiadas o motos acuáticas de rescate, en función de las condiciones del entorno, del accidente, del estado de consciencia de la misma y de los recursos humanos y materiales disponibles. --- Extraer a la víctima valorando las condiciones del entorno, el tipo de accidente sufrido y los recursos humanos y materiales disponibles. --- Realizar entrenamientos, pruebas y simulacros específicos que aseguren el nivel de condición física y el dominio de técnicas eficaces en los planes y protocolos de actuación.	
Contenidos: 1 intervención en el socorrismo <ul style="list-style-type: none"> ● características del agua y consideraciones relativas a ropa y calzado ● organización del salvamento y socorrismo ● percepción del problema: elementos esenciales en la percepción ● análisis de la situación ● toma de decisiones ● ejecución de las acciones de rescate 2. técnicas de rescate <ul style="list-style-type: none"> ● de localización, puntos de referencia y composición de lugar ● la utilización del material como medio auxiliar de rescate acuático ● técnicas de aproximación al accidentado ● técnicas de aproximación con material de salvamento ● técnicas de toma de contacto, control y valoración de la víctima ● técnicas de traslado de accidentados ● técnicas de extracción del accidentado ● técnicas de reanimación en el medio acuático 	

Desarrollo metodológico:

1. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos
2. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min)
3. Preparación para exposición (40 min)
4. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min)

MÓDULO 3. RESCATE DE PERSONAS EN CASO DE ACCIDENTE D. EXTRACCIÓN Y TRASLADO DE ACCIDENTADOS 2/2	Horas: 3 horas Sesión 7. Material: Manual de Salvamento y socorrismo y Aula virtual
Objetivos: -- Desarrollados en sesión 6	
Contenidos: 3. maniobras, tareas y técnicas específicas en los diferentes espacios acuáticos <ul style="list-style-type: none"> • el entrenamiento en el medio acuático • intervención del socorrista acuático desde embarcaciones acuáticas de líneas de seguridad, balizamiento acotación de zonas 4. estrategias de conducta, psicológicos en la fase crítica del rescate <ul style="list-style-type: none"> • conducta de la persona que cree ahogarse • actitudes y respuestas del socorrista • manejo de la situación • técnicas de control de la ansiedad para el propio socorrista 5. comunicación aplicada a situaciones de emergencia <ul style="list-style-type: none"> • técnicas de comunicación verbal y no verbal • comunicación en situaciones conflictivas durante el rescate y resolución de conflictos 	
Desarrollo metodológico: <ol style="list-style-type: none"> 1. División de los alumnos en grupos, división de los contenidos 2. Lectura y comprensión por parte de los alumnos (40 min) 3. Preparación para exposición (40 min) 4. Exposición guiada por parte de los alumnos. (1 hora 30 min) 	