Catálogo de Especialidades Formativas

PROGRAMA FORMATIVO

AQUAFITNESS

Mayo 2025

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL
SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL
SEPE

SISTEMA NACIONAL DE EMPLEO

IDENTIFICACIÓN DE LA ESPECIALIDAD Y PARÁMETROS DEL CONTEXTO FORMATIVO

Denominación de la especialidad:	AQUAFITNESS
Familia Profesional:	ACTIVIDADES FISICAS Y DEPORTIVAS
Área Profesional:	ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS RECREATIVAS
Código:	AFDA0053
Nivel de cualificación profesional:	2

Objetivo general

Elaborar programas de eventos propios del ámbito del Fitness acuático en función de una programación dada, para diferentes tipologías de instalaciones y usuarios.

Relación de módulos de formación

Módulo 1	CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS Y APLICACIÓN DE FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO	7 horas
Módulo 2	CREACIÓN DE UNA ESTRUCTURA RÍTMICA EN AQUAFITNESS	7 horas
Módulo 3	VARIABLES Y CONDICIONANTES DIDÁCTICOS EN AQUAFITNESS	6 horas

Modalidades de impartición

Mixta

Duración de la formación

Duración total 20 horas

Mixta Duración total de la formación presencial: 15 horas

Requisitos de acceso del alumnado

Acreditaciones / titulaciones	Cumplir como mínimo alguno de los siguientes requisitos: -Certificado de profesionalidad de nivel 1 -Título Profesional Básico (FP Básica) -Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria (ESO) o equivalente -Título de Técnico (FP Grado medio) o equivalente -Certificado de profesionalidad de nivel 2 -Haber superado la prueba de acceso a Ciclos Formativos de Grado Medio -Haber superado cualquier prueba oficial de acceso a la universidad
Experiencia profesional	Se requiere al menos 6 meses de experiencia profesional en actividades relacionadas con el fitness acuático o en el ámbito deportivo.

Modalidad mixta	Además de lo indicado anteriormente, los participantes han de tener las destrezas suficientes para ser usuarios de la plataforma virtual en la que se apoya la acción formativa.

Prescripciones de formadores y tutores

Acreditación requerida	Cumplir como mínimo alguno de los siguientes requisitos: • Licenciado, Ingeniero, Arquitecto o el Título de Grado correspondiente u otros títulos equivalentes, preferiblemente en la rama de Actividad Física y Ciencias del Deporte. • Diplomado, Ingeniero Técnico, Arquitecto Técnico o el Título de Grado correspondiente u otros títulos equivalentes, preferiblemente en la rama de Actividad Física y Ciencias del Deporte. • Técnico Superior de la Familia Profesional de Actividad Física y Ciencias del Deporte • Certificado de profesionalidad de nivel 3 de la familia profesional de Actividad Física y Ciencias del Deporte
Experiencia profesional mínima requerida	1 año de experiencia acreditada en actividades relacionadas con la especialidad.
Competencia docente	Cumplir como mínimo alguno de los siguientes requisitos: • Máster del Profesorado • Estudios universitarios pedagógicos (Magisterio, Psicología, Psicopedagogía o Pedagogía) • CAP o Certificado de Profesionalidad de Docencia de la Formación Profesional para el Empleo SSCE0110 o equivalente • O tener acreditadas 300 horas de impartición de formación
Modalidad mixta	Además de cumplir con las prescripciones establecidas anteriormente, los tutores-formadores deben acreditar una formación, de al menos 30 horas, o experiencia, de al menos 60 horas, en esta modalidad y en la utilización de las tecnologías de la información y comunicación.

Requisitos mínimos de espacios, instalaciones y equipamientos

Espacios formativos	Superficie m² para 15 participantes	Incremento Superficie/ participante (Máximo 30 participantes)
Aula polivalente	30.0 m²	2.0 m² / participante
Piscina	75.0 m²	5.0 m² / participante

Espacio formativo	Equipamiento
Aula polivalente	- Mesa y silla para el formador - Mesas y sillas para el alumnado - Material de aula - Pizarra

	- PC instalado en red con posibilidad de impresión de documentos, cañón con proyección e Internet para el formador.
Piscina	• Cinturón de flotación • Mancuernas acuáticas • Tablas de natación • Churros de piscina

La superficie de los espacios e instalaciones estarán en función de su tipología y del número de participantes. Tendrán como mínimo los metros cuadrados que se indican para 15 participantes y el equipamiento suficiente para los mismos.

En el caso de que aumente el número de participantes, hasta un máximo de 30, la superficie de las aulas se incrementará proporcionalmente (según se indica en la tabla en lo relativo a m²/participante) y el equipamiento estará en consonancia con dicho aumento. Los otros espacios formativos e instalaciones tendrán la superficie y los equipamientos necesarios que ofrezcan cobertura suficiente para impartir la formación con calidad.

No debe interpretarse que los diversos espacios formativos identificados deban diferenciarse necesariamente mediante cerramientos.

Las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial e higiénico-sanitaria correspondiente y responderán a medidas de accesibilidad y seguridad de los participantes.

En el caso de que la formación se dirija a personas con discapacidad se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

Si la especialidad se imparte en **modalidad mixta**, para realizar la parte presencial de la formación, se utilizarán los espacios formativos y equipamientos necesarios indicados anteriormente.

Para impartir la formación en **modalidad mixta**, se ha de disponer del siguiente equipamiento.

Plataforma de teleformación

La plataforma de teleformación que se utilice para impartir acciones formativas deberá alojar el material virtual de aprendizaje correspondiente, poseer capacidad suficiente para desarrollar el proceso de aprendizaje y gestionar y garantizar la formación del alumnado, permitiendo la interactividad y el trabajo cooperativo, y reunir los siguientes requisitos técnicos de infraestructura, software y servicios:

- **Infraestructura:**

  Tener un rendimiento, entendido como número de alumnos que soporte la plataforma, velocidad de respuesta del servidor a los usuarios, y tiempo de carga de las páginas Web o de descarga de archivos, que permita:

  a) Soportar un número de alumnos equivalente al número total de participantes en las acciones formativas de formación profesional para el empleo que esté impartiendo el centro o entidad de formación, garantizando un hospedaje mínimo igual al total del alumnado de dichas acciones, considerando que el número máximo de alumnos por tutor es de 80 y un número de usuarios concurrentes del 40% de ese alumnado.

b) Disponer de la capacidad de transferencia necesaria para que no se produzca efecto retardo en la comunicación audiovisual en tiempo real, debiendo tener el servidor en el que se aloja la plataforma un ancho de banda mínimo de 300 Mbs, suficiente en bajada y subida.

Estar en funcionamiento 24 horas al día, los 7 días de la semana.

- **Software:**

- Compatibilidad con el estándar SCORM y paquetes de contenidos IMS.
- Niveles de accesibilidad e interactividad de los contenidos disponibles mediante tecnologías web que como mínimo cumplan las prioridades 1 y 2 de la Norma UNE 139803:2012 o posteriores actualizaciones, según lo estipulado en el capítulo III del Real Decreto 1494/2007, de 12 de noviembre.
- El servidor de la plataforma de teleformación ha de cumplir con los requisitos establecidos en la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, por lo que el responsable de dicha plataforma ha de identificar la localización física del servidor y el cumplimento de lo establecido sobre transferencias internacionales de datos en los artículos 40 a 43 de la citada Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, así como, en lo que resulte de aplicación, en el Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas respecto del tratamiento de datos personales y la libre circulación de estos datos y por el que se deroga la Directiva 95/46/CE.
- Compatibilidad tecnológica y posibilidades de integración con cualquier sistema operativo, base de datos, navegador de Internet de los más usuales o servidor web, debiendo ser posible utilizar las funciones de la plataforma con complementos (plug-in) y visualizadores compatibles. Si se requiriese la instalación adicional de algún soporte para funcionalidades avanzadas, la plataforma debe facilitar el acceso al mismo sin coste.
- Disponibilidad del servicio web de seguimiento (operativo y en funcionamiento) de las acciones formativas impartidas, conforme al modelo de datos y protocolo de transmisión establecidos en el anexo V de la Orden/TMS/369/2019, de 28 de marzo.

- **Servicios y soporte:**

- Sustentar el material virtual de aprendizaje de la especialidad formativa que a través de ella se imparta.
- Disponibilidad de un servicio de atención a usuarios que de soporte técnico y mantenga la infraestructura tecnológica y que, de forma estructurada y centralizada, atienda y resuelva las consultas e incidencias técnicas del alumnado. Las formas de establecer contacto con este servicio, que serán mediante teléfono y mensajería electrónica, tienen que estar disponibles para el alumnado desde el inicio hasta la finalización de la acción formativa, manteniendo un horario de funcionamiento de mañana y de tarde y un tiempo de demora en la respuesta no superior a 48 horas laborables.
- Personalización con la imagen institucional de la administración laboral correspondiente, con las pautas de imagen corporativa que se establezcan.

Con el objeto de gestionar, administrar, organizar, diseñar, impartir y evaluar acciones formativas a través de Internet, la plataforma de teleformación integrará las herramientas y recursos necesarios a tal fin, disponiendo, específicamente, de herramientas de:

- Comunicación, que permitan que cada alumno pueda interaccionar a través del navegador con el tutor-formador, el sistema y con los demás alumnos. Esta comunicación electrónica ha de llevarse a cabo mediante herramientas de comunicación síncronas (aula virtual, chat, pizarra electrónica) y asíncronas (correo electrónico, foro, calendario, tablón de anuncios, avisos). Será obligatorio que cada acción formativa en modalidad de teleformación disponga, como mínimo, de un servicio de mensajería, un foro y un chat.
- Colaboración, que permitan tanto el trabajo cooperativo entre los miembros de un grupo, como la gestión de grupos. Mediante tales herramientas ha de ser posible realizar operaciones de alta, modificación o borrado de grupos de alumnos, así como creación de «escenarios virtuales» para el trabajo cooperativo de los miembros de un grupo (directorios o «carpetas» para el intercambio de archivos, herramientas para la publicación de los contenidos, y foros o chats privados para los miembros de cada grupo).
- Administración, que permitan la gestión de usuarios (altas, modificaciones, borrado, gestión de la lista de clase, definición, asignación y gestión de permisos, perfiles y roles, autenticación y asignación de niveles de seguridad) y la gestión de acciones formativas.
- Gestión de contenidos, que posibiliten el almacenamiento y la gestión de archivos (visualizar archivos, organizarlos en carpetas –directorios- y subcarpetas, copiar, pegar, eliminar, comprimir, descargar o cargar archivos), la publicación organizada y selectiva de los contenidos de dichos archivos, y la creación de contenidos.
- Evaluación y control del progreso del alumnado, que permitan la creación, edición y realización de pruebas de evaluación y autoevaluación y de actividades y trabajos evaluables, su autocorrección o su corrección (con retroalimentación), su calificación, la asignación de puntuaciones y la ponderación de las mismas, el registro personalizado y la publicación de calificaciones, la visualización de información estadística sobre los resultados y el progreso de cada alumno y la obtención de informes de seguimiento.

Material virtual de aprendizaje:

El material virtual de aprendizaje para el alumnado mediante el que se imparta la formación se concretará en el curso completo en formato multimedia (que mantenga una estructura y funcionalidad homogénea), debiendo ajustarse a todos los elementos de la programación (objetivos y resultados de aprendizaje) de este programa formativo que figura en el Catálogo de Especialidades Formativas y cuyo contenido cumpla estos requisitos:

- Como mínimo, ser el establecido en el citado programa formativo del Catálogo de Especialidades Formativas.
- Estar referido tanto a los objetivos como a los conocimientos/ capacidades cognitivas y prácticas, y habilidades de gestión, personales y sociales, de manera que en su conjunto permitan conseguir los resultados de aprendizaje previstos.
- Organizarse a través de índices, mapas, tablas de contenido, esquemas, epígrafes o titulares de fácil discriminación y secuenciase pedagógicamente de tal manera que permiten su comprensión y retención.
- No ser meramente informativos, promoviendo su aplicación práctica a través de actividades de aprendizaje (autoevaluables o valoradas por el tutor-formador) relevantes para la adquisición de competencias, que sirvan para verificar el progreso del aprendizaje del alumnado, hacer un seguimiento de sus dificultades de aprendizaje y prestarle el apoyo adecuado.

- No ser exclusivamente textuales, incluyendo variados recursos (necesarios y relevantes), tanto estáticos como interactivos (imágenes, gráficos, audio, video, animaciones, enlaces, simulaciones, artículos, foro, chat, etc.). de forma periódica.
- Poder ser ampliados o complementados mediante diferentes recursos adicionales a los que el alumnado pueda acceder y consultar a voluntad.
- Dar lugar a resúmenes o síntesis y a glosarios que identifiquen y definan los términos o vocablos básicos, relevantes o claves para la comprensión de los aprendizajes.
- Evaluar su adquisición durante y a la finalización de la acción formativa a través de actividades de evaluación (ejercicios, preguntas, trabajos, problemas, casos, pruebas, etc.), que permitan medir el rendimiento o desempeño del alumnado.

Ocupaciones y puestos de trabajo relacionados

- 37221029 ENTRENADORES DEPORTIVOS
- 3723 INSTRUCTORES DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS
- 37231077 MONITORES Y/O ANIMADORES DEPORTIVOS
- 37241025 COORDINADORES DE TIEMPO LIBRE

Requisitos oficiales de las entidades o centros de formación

Estar inscrito en el Registro de entidades de formación (Servicios Públicos de Empleo).

DESARROLLO MODULAR

MÓDULO DE FORMACIÓN 1:	CONSIDERACIONES PEDAGÓGICAS Y APLICACIÓN DE FITNESS EN EL MEDIO ACUÁTICO

OBJETIVO

Capacitar a los participantes en el conocimiento de las consideraciones pedagógicas necesarias para monitores de Aquafitness y en la aplicación de técnicas de fitness en el medio acuático.

DURACIÓN:

7 horas

Mixta: Duración de la formación presencial: 4 horas

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos / Capacidades cognitivas y prácticas

- Conocimiento de Consideraciones Pedagógicas para Monitores de Aquafitness:
  - Planteamientos pedagógicos de la enseñanza:
    - Definición y objetivos de la pedagogía en el fitness acuático.
    - Principios pedagógicos aplicados al fitness acuático.
  - Métodos y técnicas pedagógicas:
    - Métodos de enseñanza directa e indirecta.
    - Técnicas de motivación y refuerzo positivo.
  - El juego: un aprendizaje diferente:
    - Tipos de juegos aplicables al fitness acuático.
    - Beneficios del juego en el aprendizaje.
  - Importancia del juego en el aprendizaje:

        - Desarrollo de habilidades sociales y motoras a través del juego.
        - Integración del juego en las sesiones de fitness acuático.
    - Aplicación a las actividades acuáticas:
        - Adaptación de juegos y actividades lúdicas al medio acuático.
        - Ejemplos prácticos de actividades acuáticas lúdicas.
    - Adaptación de técnicas pedagógicas al medio acuático:
        - Modificación de técnicas pedagógicas para el entorno acuático.
        - Estrategias para la enseñanza efectiva en el agua.
- Aplicación de Fitness en el Medio Acuático:
    - Introducción a las técnicas de fitness acuático:
        - Historia y evolución del fitness acuático.
        - Tipos de ejercicios y su clasificación.
    - Principios básicos y beneficios:
        - Principios del entrenamiento en el agua.
        - Beneficios físicos y psicológicos del fitness acuático.
    - Estiramientos pasivos o estáticos:
        - Técnicas de estiramiento en el agua.
        - Beneficios de los estiramientos acuáticos.
        - Ejercicios específicos de estiramiento acuático.
        - Precauciones y contraindicaciones.
    - Material auxiliar:
        - Tipos de materiales auxiliares utilizados en el fitness acuático.
        - Selección y uso adecuado de los materiales.
    - Uso y manejo de materiales auxiliares en el agua:
        - Técnicas de manejo de materiales en el agua.
        - Ejemplos de ejercicios con materiales auxiliares.

Habilidades de gestión, personales y sociales

- Capacidad para diseñar, planificar, estructurar y evaluar programas pedagógicos de fitness acuático efectivos.
- Sensibilidad y empatía hacia las necesidades individuales de los participantes.
- Capacidad para aplicar técnicas de fitness en el agua.

Resultados que tienen que adquirirse en presencial

Deberán realizarse de forma presencial las siguientes actividades:

- Aplicación de juegos y actividades lúdicas al medio acuático.
- Uso y manejo de materiales auxiliares en el agua.
- Estiramientos pasivos o estáticos.

MÓDULO DE FORMACIÓN 2:	CREACIÓN DE UNA ESTRUCTURA RÍTMICA EN AQUAFITNESS

OBJETIVO

Capacitar a los participantes en la creación de estructuras rítmicas para sesiones de Aquafitness.

DURACIÓN:

7 horas

Mixta: Duración de la formación presencial: 5 horas

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos / Capacidades cognitivas y prácticas

- Creación de una Estructura Rítmica en Aquafitness:
  - Acentos o beats débiles y fuertes:
    - Identificación de acentos en la música.
    - Uso de acentos para marcar el ritmo en las sesiones.
  - Frases y series musicales:
    - Composición de frases musicales.
    - Estructura de series musicales para sesiones de Aquafitness.
  - Adaptaciones del ritmo natural:
    - Ajuste del ritmo a las necesidades de la sesión.
    - Técnicas para adaptar el ritmo según el tipo de ejercicio.
  - Ajuste del ritmo a las necesidades de la sesión:
    - Evaluación de la respuesta de los participantes al ritmo.
    - Modificación del ritmo para mejorar la efectividad de la sesión.
  - Lagunas rítmicas:
    - Manejo de pausas y transiciones en la música.
    - Uso de lagunas rítmicas para cambiar de ejercicio.
  - Velocidad de ejecución - frecuencia (bits/minuto):
    - Control de la velocidad de la música.
    - Ajuste de la frecuencia para diferentes tipos de ejercicios.

Habilidades de gestión, personales y sociales

- Capacidad para crear y adaptar estructuras rítmicas:
- Habilidad para utilizar la música como herramienta pedagógica:
- Sensibilidad hacia la respuesta de los participantes a la música, evaluando y adaptando la música al rendimiento de los participantes.

Resultados que tienen que adquirirse en presencial

Deberán realizarse de forma presencial las siguientes actividades:

- Identificación de acentos en la música.
- Composición de frases musicales.
- Ajuste del ritmo a las necesidades de la sesión.
- Manejo de pausas y transiciones en la música.
- Control de la velocidad de la música.

MÓDULO DE FORMACIÓN 3:	VARIABLES Y CONDICIONANTES DIDÁCTICOS EN AQUAFITNESS

OBJETIVO

Capacitar a los participantes en la identificación y manejo de variables y condicionantes didácticos en Aquafitness.

DURACIÓN:

6 horas

Mixta: Duración de la formación presencial: 6 horas

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conocimientos / Capacidades cognitivas y prácticas

- Identificación de Variables y Condicionantes Didácticos en Aquafitness:
  - Factores que afectan la enseñanza y el aprendizaje en el medio acuático:
    - Identificación de factores ambientales y personales.
    - Evaluación de cómo estos factores influyen en la enseñanza.
  - Condiciones del entorno y características del grupo:
    - Evaluación de las condiciones del entorno acuático.
    - Adaptación de la enseñanza según las características del grupo.
  - Técnicas de adaptación y modificación de ejercicios:
    - Estrategias para adaptar ejercicios según las necesidades de los participantes.
    - Técnicas para modificar ejercicios en el medio acuático.
  - Ajustes según las necesidades y capacidades de los participantes:
    - Evaluación de las capacidades individuales.
    - Modificación de ejercicios para diferentes niveles de habilidad.
  - Evaluación y seguimiento del progreso de los participantes:
    - Métodos para evaluar el progreso de los participantes.
    - Técnicas para realizar un seguimiento continuo del progreso.
  - Métodos para evaluar y monitorear el progreso de los participantes:
    - Herramientas de evaluación.
    - Estrategias para monitorear el progreso y ajustar la enseñanza.

Habilidades de gestión, personales y sociales

- Capacidad para identificar y manejar variables didácticas:
- Habilidad para evaluar y monitorear el progreso de los participantes:
- Sensibilidad hacia las diferencias individuales y grupales y adaptación de la enseñanza según estas diferencias.
- Sensibilidad hacia la seguridad y el bienestar de los participantes.

EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE EN LA ACCIÓN FORMATIVA

- La evaluación tendrá un carácter teórico-práctico y se realizará de forma sistemática y continua, durante el desarrollo de cada módulo y al final del curso.
- Puede incluir una evaluación inicial de carácter diagnóstico para detectar el nivel de partida del alumnado.
- La evaluación se llevará a cabo mediante los métodos e instrumentos más adecuados para comprobar los distintos resultados de aprendizaje, y que garanticen la fiabilidad y validez de la misma.
- Cada instrumento de evaluación se acompañará de su correspondiente sistema de corrección y puntuación en el que se explicite, de forma clara e inequívoca, los criterios de medida para evaluar los resultados alcanzados por los participantes.
- La puntuación final alcanzada se expresará en términos de Apto/ No Apto.