



| Guía Docente          |   |                    |                       |          |
|-----------------------|---|--------------------|-----------------------|----------|
| Datos Identificativos |   |                    |                       | 2017/18  |
| Asignatura (*)        | Actividades acuáticas saudables e socorrismo (optativa) | Código             | 620G01042             |          |
| Titulación            | Grao en Ciencias da Actividade Física e do Deporte      |                    |                       |          |
| Descriptorios         |   |                    |                       |          |
| Ciclo                 | Período   | Curso              | Tipo                  | Créditos |
| Grao                  | 2º cuatrimestre   | Cuarto             | Optativa              | 6        |
| Idioma                | CastelánGalegoInglés                                    |                    |                       |          |
| Modalidade docente    | Presencial  |                    |                       |          |
| Prerrequisitos        |   |                    |                       |          |
| Departamento          | Educación Física e Deportiva                            |                    |                       |          |
| Coordinación          | Palacios Aguilar, Jose                                  | Correo electrónico | jose.palacios@udc.es  |          |
| Profesorado           | Castillo Obeso, Maria del                               | Correo electrónico | maria.castillo@udc.es |          |
|                       | Palacios Aguilar, Jose                                  |                    | jose.palacios@udc.es  |          |
| Web                   |   |                    |                       |          |



|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Descrición xeral</b> | <p>A materia "Actividades Acuáticas Saudables e Socorrismo" desenvolve contidos relacionados con programas de intervención no medio acuático dirixidos a poboacións caracterizadas por procesos biolóxicos e/ou fisiopatolóxicos, ofertando unha actividade física específica e saudable.</p> <p>O medio acuático presenta unhas características particulares e diferentes que poden facilitar unha actividade educativa e saudable, pero ao non ser o medio propio do ser humano presenta riscos obxectivos para a súa integridade física, sendo o máis grave o afogamento. Por este motivo tamén se abordan nesta materia todos os contidos relacionados coa prevención de accidentes acuáticos e a intervención en caso necesario.</p> <p>Trátase, polo tanto, dunha materia que desenvolve coñecemento aplicado, dotando o alumno do dominio de técnicas de intervención para que poida desenvolver todo tipo de programas educativos e de promoción da saúde en espazos acuáticos artificiais e naturais, coas máximas garantías de seguridade e de calidade.</p> <p>Entre os seus descriptores figuran:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Características do medio acuático como espazo de acción: riscos e beneficios.</li><li>- Necesidades, características e intereses de poboacións específicas en relación co medio acuático.</li><li>- Programas de Actividades Acuáticas para poboacións específicas.</li><li>- Prevención de accidentes no medio acuático.</li><li>- Técnicas de socorrismo acuático.</li><li>- Intervención prehospitalaria ante accidentes e afogamentos no medio acuático.</li></ul> <p>Pódese comprender doadamente a aplicación que estes coñecementos teñen para o profesional da actividade física, cuxo campo laboral se amplía cada día co xurdimento de novas actividades acuáticas que veñen a completar e facer evolucionar o uso educativo, hixiénico e recreativo deste privilexiado espazo de traballo, sen esquecer a premisa fundamental da seguridade.</p> <p>A combinación de competencias sobre programas acuáticos e seguridade no medio garante ao futuro graduado unhas boas ferramentas para traballar tanto en instalacións acuáticas coma en espazos acuáticos naturais.</p> <p>En definitiva, esta materia é fundamental para o profesional que estea interesada na promoción da actividade física saudable en espazos acuáticos porque lle proporciona coñecementos e ferramentas coas que construír e argumentar as súas decisións á hora de poñer en práctica o exercicio da súa profesión.</p> <p>Está situada no segundo cuatrimestre do cuarto curso, cando os alumnos xa cursaron as materias de Habilidades acuáticas e a súa didáctica (1º), Actividade Física Saudable e calidade de vida I (3º) e Actividade Física Saudable e calidade de vida II (4º primeiro cuatrimestre), o que beneficia a comprensión dos contidos que se van impartir. Ademais, o feito de ser unha materia optativa determina un alumnado intrinsecamente motivado cara aos contidos que nela se imparten. Por outro lado, a inminencia da graduación pode ser outro aliciente para ver a utilidade das competencias adquiridas e a súa posible inmediata aplicación.</p> |
|-------------------------|---|

| Competencias / Resultados do título |   |
|-------------------------------------|---|
| Código                              | Competencias / Resultados do título   |
| A1                                  | Comprender os beneficios do deporte como experiencia de lecer para ser capaz de incluír os indicadores fundamentais na planificación e atender os mesmos no desenvolvemento da práctica de lecer, considerando o xénero, a idade e a discapacidade, e analizando con enfoque crítico as estratexias de discriminación positiva. |
| A3                                  | Coñecer e analizar a cultura deportiva e propoñer os cambios necesarios, na propia e na das persoas coas que traballa, desde a ética e o xogo limpo, as diferenzas de xénero e a visibilidade dos discapacitados.   |
| A4                                  | Coñecer e comprender as bases que aporta a educación física á formación das persoas.  |



|     |  |
|-----|--|
| A5  | Fomentar a convivencia, estimulando e poñendo en valor a capacidade<br><br>de constancia, esforzo e disciplina dos participantes nas actividades de educación física e deportiva.  |
| A6  | Deseñar e ordenar estratexias e espazos de aprendizaxe que respondan á diversidade social (sexo, xénero, idade, discapacidade, culturas?) e ao respecto dos dereitos que conforman os valores que aporta a educación física e deportiva á formación integral dos cidadáns.   |
| A7  | Promover e avaliar a formación de hábitos de actividade física e deporte ao longo do ciclo vital, considerando que a idade, o xénero ou a discapacidade son variables que necesitan da intervención consciente para favorecer a igualdade de oportunidades.  |
| A8  | Deseñar, desenvolver, e avaliar os procesos de ensino ? aprendizaxe, relativos á actividade física e o deporte, con atención e titorización segundo as características individuais e contextuais das persoas (xénero, idade, discapacidade, culturas, etc.).   |
| A14 | Deseñar, planificar, avaliar técnico-cientificamente e desenvolver programas de exercicios orientados á prevención, a reeducación, a recuperación e readaptación funcional nos diferentes ámbitos de intervención: educativo, deportivo e de calidade de vida, considerando, cando fose necesario as diferenzas por idade, xénero, ou discapacidade.   |
| A16 | Deseñar, programar e desenvolver actividades esenciais da motricidade humana: o xogo, a danza e a expresión corporal, o exercicio e as actividades no medio natural, no ámbito educativo, recreativo e da actividade física e saúde, promovendo a igualdade de dereitos e oportunidades e evitando a exclusión en función do xénero e a discapacidade. |
| A17 | Programar e desenvolver actividades físico-deportivas no medio natural, no contexto educativo e recreativo, favorecendo a participación á que todos teñen dereito e evitando a invisibilidade por razóns de xénero ou discapacidade.   |
| A21 | Deseñar, planificar e realizar actividades físicas e deportivas en lugares ou espazos que implican un risco intrínseco: no medio acuático, na neve ou outros do medio natural ou con animais.  |
| A24 | Deseñar, planificar, avaliar técnica e cientificamente e administrar programas de actividade física adaptada a persoas e diferentes grupos de poboación con discapacidade, ou que requiran atención especial.  |
| A27 | Aplicar os principios cinesiolóxicos, fisiolóxicos, biomecánicos, comportamentais e sociais nos contextos educativo, recreativo, da actividade física e saúde e do adestramento deportivo, recoñecendo as diferenzas biolóxicas entre homes e mulleres e a influencia da cultura de xénero nos hábitos de vida dos participantes.                      |
| A29 | Identificar os riscos para a saúde que se derivan da práctica de actividade física insuficiente e inadecuada en calquera colectivo ou grupo social.  |
| A30 | Aplicar técnicas e protocolos que lle permitan asistir como primeiro interviniente en caso de accidente ou situación de emerxencia, aplicando, de ser necesario, os primeiros auxilios.  |
| A33 | Seleccionar e saber utilizar o material e equipamento deportivo adecuado para cada tipo de actividade físico-deportiva no contexto educativo, deportivo, recreativo e da actividade física e saúde.  |
| A35 | Coñecer e saber aplicar o método científico nos diferentes ámbitos da actividade física e o deporte, así como saber deseñar e executar as técnicas de investigación precisas, e a elección e aplicación dos estatísticos adecuados.  |
| A36 | Coñecer e saber aplicar as novas tecnoloxías da información e a imaxe, tanto nas ciencias da actividade física e do deporte, como no exercicio profesional.  |
| B2  | Resolver problemas de forma eficaz e eficiente no ámbito das ciencias da actividade física e do deporte.   |
| B3  | Traballar nos diferentes contextos da actividade física e o deporte, de forma autónoma e con iniciativa, aplicando o pensamento crítico, lóxico e creativo.  |
| B4  | Trabajar de forma colaboradora, desenvolvendo habilidades, de liderado, relación interpersonal e traballo en equipo.   |
| B5  | Comportarse con ética e responsabilidade social como cidadán.  |
| B6  | Dinamizar grupos nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.  |
| B7  | Xestionar a información.   |
| B8  | Desenvolver hábitos de excelencia e calidade nos diferentes ámbitos do exercicio profesional.  |
| B9  | Comprender a literatura científica do ámbito da actividade física e o deporte en lingua inglesa e en outras linguas de presenza significativa no ámbito científico.  |
| B10 | Saber aplicar as tecnoloxías da información e comunicación (TIC) ao ámbito das Ciencias da Actividade Física e do Deporte.   |
| B11 | Desenvolver competencias para a adaptación a novas situacións e resolución de problemas, e para a aprendizaxe autónoma.  |
| B12 | Coñecer os principios éticos necesarios para o correcto exercicio profesional e actuar de acordo con eles.   |
| B14 | Comprender e aplicar a lexislación vixente relativa ao marco das actividades físicas e deportivas nos distintos ámbitos: educación, deporte, xestión, lecer e saúde.   |



|     |   |
|-----|---|
| B15 | Comprender e saber utilizar as importantes posibilidades que a educación física e o deporte teñen para xerar hábitos sociais e valores democráticos (coeducación de xéneros, respecto á diversidade social e cultural, cooperación, competición respectuosa, compromiso co contorno?).          |
| B16 | Dominar habilidades de comunicación verbal e non verbal necesarias no contexto da actividade física e o deporte.  |
| B18 | Comprometerse e involucrarse socialmente coa súa profesión e en concreto, coa situación actual da actividade física e o deporte na educación formal; coa xestión do centro educativo; cos seus compañeiros (traballo cooperativo) e con aqueles aos que educa.                                  |
| B19 | Exercer a profesión con responsabilidade, respecto e compromiso.  |
| B20 | Coñecer, reflexionar e adquirir hábitos e destrezas para a aprendizaxe autónoma e o traballo en equipo a partir das prácticas externas en algún dos principais ámbitos de integración laboral, en relación ás competencias adquiridas no grao que se verán reflectidas no traballo fin de grao. |
| C1  | Expresarse correctamente, tanto de forma oral coma escrita, nas linguas oficiais da comunidade autónoma.  |
| C2  | Dominar a expresión e a comprensión de forma oral e escrita dun idioma estranxeiro.   |
| C3  | Utilizar as ferramentas básicas das tecnoloxías da información e as comunicacións (TIC) necesarias para o exercicio da súa profesión e para a aprendizaxe ao longo da súa vida.   |
| C4  | Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común.  |
| C5  | Entender a importancia da cultura emprendedora e coñecer os medios ao alcance das persoas emprendedoras.  |
| C6  | Valorar criticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.   |
| C7  | Asumir como profesional e cidadán a importancia da aprendizaxe ao longo da vida.  |
| C8  | Valorar a importancia que ten a investigación, a innovación e o desenvolvemento tecnolóxico no avance socioeconómico e cultural da sociedade.   |

| Resultados da aprendizaxe  |   |                                   |                            |
|--|---|-----------------------------------|----------------------------|
| Resultados de aprendizaxe  | Competencias / Resultados do título               |                                   |                            |
| Coñecer en profundidade o medio acuático, tanto artificial (piscinas, parques acuáticos e outros posibles) como natural (praias, rías, ríos, encoros e outros posibles). | A4<br>A17<br>A21                                  | B3<br>B14                         | C3<br>C6                   |
| Detectar as necesidades, características e intereses de diferentes poboacións de usuarios potenciais.  | A1<br>A29<br>A35                                  | B7<br>B15                         | C3<br>C4<br>C6             |
| Identificar a estrutura que determina un programa de intervención específico no medio acuático.  | A4<br>A6<br>A8<br>A14<br>A17<br>A21<br>A29<br>A33 | B2<br>B7<br>B9<br>B10<br>B14      | C3<br>C6                   |
| Coñecer as variables que inflúen no risco de accidentes acuáticos para a súa prevención.   | A21<br>A29<br>A36                                 | B3<br>B7<br>B19                   | C2<br>C3<br>C6             |
| Coñecer as técnicas e protocolos de actuación na primeira intervención.  | A29<br>A30<br>A33                                 | B2<br>B4<br>B5<br>B7<br>B9<br>B12 | C2<br>C3<br>C6<br>C7<br>C8 |



|   |  |  |                      |
|---|--|--|----------------------|
| Aplicar solucións prácticas para o desenvolvemento de programas de intervención no medio acuático.                                  | A6<br>A14<br>A17<br>A21<br>A27<br>A33              | B2<br>B3<br>B6<br>B8<br>B10<br>B16                       | C1<br>C2<br>C3       |
| Deseñar programas de intervención segundo as características dos usuarios que garantan a súa seguridade e a calidade dos mesmos.    | A6<br>A8<br>A14<br>A16<br>A17<br>A21<br>A24<br>A36 | B2<br>B5<br>B7<br>B8<br>B9<br>B10<br>B19                 | C1<br>C3<br>C6<br>C7 |
| Dominar técnicas específicas de socorrismo acuático.  | A21<br>A27<br>A30<br>A33<br>A36                    | B2<br>B3<br>B4<br>B8<br>B11<br>B16<br>B18<br>B19<br>B20  | C4<br>C7             |
| Dominar técnicas e protocolos básicos de primeira intervención.   | A29<br>A30   | B2<br>B3<br>B4<br>B5<br>B9<br>B11<br>B12<br>B16<br>B19   | C1<br>C2<br>C7<br>C8 |
| Potenciar a vontade do servizo aos demais, a través dunha intervención profesional respectuosa e responsable.                       | A5   | B4<br>B5<br>B8<br>B11<br>B12<br>B15<br>B16<br>B18<br>B19 | C1<br>C4             |
| Espertar a capacidade de análise crítica sobre os conceptos fundamentais da materia para adaptarse á realidade e tentar melloralas. | A3   | B8<br>B11<br>B19   | C4<br>C6             |
| Fortalecer a capacidade de afrontar creativamente as dificultades diarias.  | A5   | B3<br>B11<br>B20   | C4<br>C5<br>C8       |



|   |                |                                     |                |
|---|----------------|-------------------------------------|----------------|
| Sensibilizar sobre as diferentes características dos usuarios e os diferentes enfoques que pode ter o programa de intervención acuática.    | A1<br>A4<br>A7 | B3<br>B4<br>B5<br>B11<br>B16<br>B18 | C1<br>C4       |
| Concienciar sobre o risco implícito de calquera actividade acuática e o importante papel que cumpre a función preventiva e de intervención. | A5<br>A29      | B3<br>B7<br>B8<br>B9<br>B16<br>B19  | C1<br>C4<br>C7 |

| Contidos   |  |
|--|--|
| Temas  | Subtemas   |
| Tema 1: O medio acuático como espazo de acción.                  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Características do medio acuático.</li> <li>2. Os espazos acuáticos artificiais: tipos, vantaxes e inconvenientes.</li> <li>3. Os espazos acuáticos naturais: tipos, vantaxes e inconvenientes.</li> <li>4. Lexislación relacionada co medio acuático.</li> </ol>  |
| Tema 2: Identificación do tipo de usuarios do programa acuático. | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Por procesos biolóxicos: Gestantes, Bebés, Nenos, Novos, Maduros e Maiores.</li> <li>2. Por procesos patolóxicos: xenéticos, congénitos ou adquiridos.</li> </ol>  |
| Tema 3: Deseño e xestión de programas acuáticos saudables.       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prevención e seguridade en actividades ou programas acuáticos.</li> <li>2. Obxectivos.</li> <li>3. Contidos.</li> <li>4. Metodoloxía.</li> <li>5. Recursos humanos e materiais.</li> <li>6. Avaliación.</li> </ol>   |
| Tema 4: Prevención de accidentes no medio acuático.              | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Concepto de socorrismo acuático.</li> <li>2. O Socorrista Acuático Profesional e a súa formación.</li> <li>3. Prevención de accidentes acuáticos e afogamentos: educación, información e recursos.</li> <li>4. A vixilancia das zonas de baño e usuarios.</li> <li>5. A comunicación aplicada a situacións de prevención de riscos.</li> </ol>   |
| Tema 5: Técnicas de socorrismo acuático.                         | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. O rescate acuático: secuencia de actuación.</li> <li>2. Técnicas adaptadas de entrada e nado.</li> <li>3. Inmersións e mergullo.</li> <li>4. Técnicas de control de vítima.</li> <li>5. Técnicas de traslado de vítimas sen e con material de rescate.</li> <li>6. Técnicas de extracción de vítimas.</li> <li>7. Técnicas para el control, inmovilización, traslado y extracción de víctima con posible lesión medular y/o politrauma.</li> </ol> |



|  |   |
|--|---|
| <p>Tema 6: Intervención prehospitalaria ante accidentes e afogamentos no medio acuático.</p> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A cadea de supervivencia, RCP básica e obstrución de vía aérea por corpos estraños.</li> <li>2. Paciente traumático: Valoración do paciente traumático, Traumatismo cranial, Traumatismo da columna vertebral, Traumatismo torácico-abdominal.</li> <li>3. Traumatismos en extremidades e partes brandas: escordaduras, luxacións, fracturas, contusións e feridas.</li> <li>4. Trastornos circulatorios: shock, hemorraxias, desmaios, lipotimias e síncope.</li> <li>5. Lesións producidas por calor e frío.</li> <li>6. Picaduras.</li> <li>7. Intoxicacións e Cadros convulsivos.</li> <li>8. O posto de socorro e botiquín de Primeiros Auxilios.</li> </ol> |
|--|---|

| Planificación                 |  |   |                         |              |
|-------------------------------|--|---|-------------------------|--------------|
| Metodoloxías / probas         | Competencias / Resultados  | Horas lectivas (presenciais e virtuais) | Horas traballo autónomo | Horas totais |
| Análise de fontes documentais | A1 A3 A4 A29 A33<br>A35 A36 B3 B7 B9<br>B10 B16 C2 C3 C6<br>C8   | 0                                       | 10                      | 10           |
| Aprendizaxe colaborativa      | A5 A6 B2 B4 B5 B19<br>B20 C1 C4  | 0                                       | 10                      | 10           |
| Estudo de casos               | A29 A30 A36 B7 B8<br>B11 B19 C7  | 0                                       | 10                      | 10           |
| Proba de resposta breve       | A6 A7 A8 A14 A16<br>A17 A21 A24 A27<br>A33 B3 B6 B7 B9 B14<br>B15 B16 C1 C2 C6<br>C7                             | 2                                       | 15                      | 17           |
| Proba de ensaio               | A6 A7 A8 A14 A16<br>A17 A21 A24 A27<br>A33 A36 B3 B4 B6 B7<br>B8 B9 B10 B12 B14<br>B16 B18 B19 C1 C2<br>C3 C5 C6 | 0                                       | 14                      | 14           |
| Saídas de campo               | A4 A5 A27 A29 A30<br>A33 B2 B3 B4 B5 B6<br>B8 B11 B16 B20 C1<br>C7   | 10                                      | 0                       | 10           |
| Sesión maxistral              | A1 A3 A4 A5 A27 A29<br>A30 A33 B3 B7 B14<br>B15 B16 C1 C6 C7<br>C8   | 3                                       | 0                       | 3            |
| Práctica de actividade física | A1 A3 A4 A5 A7 A27<br>A29 A30 A33 B2 B3<br>B4 B5 B6 B8 B16 B18<br>B19 B20 C1 C4 C7                               | 27                                      | 47                      | 74           |
| Atención personalizada        |  | 2                                       | 0                       | 2            |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado



| Metodoloxías                  |  |
|-------------------------------|--|
| Metodoloxías                  | Descrición   |
| Análise de fontes documentais | Procura, consulta e comprensión de fontes documentais diversas de carácter científico.   |
| Aprendizaxe colaborativa      | Cooperar nos procesos de aprendizaxe cos compañeiros.  |
| Estudo de casos               | Análise de documentos audiovisuais e/ou escritos sobre exemplos concretos de casos relacionados coa materia: programas de intervención no medio acuático, accidentes reais e intervención, organización e xestión de programas acuáticos e de seguridade, protocolos de intervención en espazos acuáticos e outros posibles. |
| Proba de resposta breve       | Proba escrita utilizada para a avaliación das aprendizaxes dos contidos teóricos e prácticos, utilizando preguntas de resposta breve.  |
| Proba de ensaio               | Elaboración en grupo pequeno (2-3 persoas) dun programa de actividade acuática saudable para un colectivo determinado, incluíndo as medidas de seguridade e o protocolo de actuación en caso de accidente.   |
| Saídas de campo               | Visita a espazos acuáticos naturais e artificiais para a observación e realización de prácticas.   |
| Sesión maxistral              | Exposición e dirección por parte dos profesores dos contidos teórico-prácticos de cada tema durante as clases presenciais.   |
| Práctica de actividade física | Práctica de todo tipo de exercicios e técnicas específicas relacionadas cos contidos da materia para a súa vivencia e dominio.   |

| Atención personalizada             |   |
|------------------------------------|---|
| Metodoloxías                       | Descrición  |
| Proba de ensaio<br>Estudo de casos | A atención personalizada prestarase no horario de tutorías asignado para ese efecto nos horarios oficiais. Neste horario os alumnos, individualmente ou en pequeno grupo, poderán facer consultas ou recibir o asesoramento oportuno por parte dos profesores.<br><br>Tamén se utilizará o correo electrónico como vía eficaz de comunicación entre profesor e alumnos.<br><br>Para os alumnos con matrícula parcial, se os houbera, permitirase o máximo do 30% de non asistencia as sesións prácticas e consensuar cos profesores a realización dos traballos, que poderían ser de carácter individual. |

| Avaliación                    |  |  |               |
|-------------------------------|--|--|---------------|
| Metodoloxías                  | Competencias / Resultados  | Descrición   | Cualificación |
| Práctica de actividade física | A1 A3 A4 A5 A7 A27<br>A29 A30 A33 B2 B3<br>B4 B5 B6 B8 B16 B18<br>B19 B20 C1 C4 C7                               | Demostración do dominio do medio acuático e de todo tipo de exercicios e técnicas específicas relacionadas cos contidos da materia.<br><br>Para a avaliación deste apartado realizaranse exames prácticos sobre as técnicas de socorrismo terrestre e acuático explicadas e/ou practicadas nas sesións presenciais da materia. | 25            |
| Proba de ensaio               | A6 A7 A8 A14 A16<br>A17 A21 A24 A27<br>A33 A36 B3 B4 B6 B7<br>B8 B9 B10 B12 B14<br>B16 B18 B19 C1 C2<br>C3 C5 C6 | Elaboración en grupo pequeno (2-3 persoas) dun programa de actividade acuática saudable para un colectivo determinado, seguindo o guiño do traballo presentado polos profesores.   | 25            |
| Proba de resposta breve       | A6 A7 A8 A14 A16<br>A17 A21 A24 A27<br>A33 B3 B6 B7 B9 B14<br>B15 B16 C1 C2 C6<br>C7                             | Proba escrita utilizada para a avaliación das aprendizaxes dos contidos teóricos e prácticos relacionados coas actividades acuáticas saudables, utilizando preguntas de resposta breve.  | 25            |
| Estudo de casos               | A29 A30 A36 B7 B8<br>B11 B19 C7  | Demostración por escrito de coñecementos sobre Socorrismo Acuático e Primeiros Auxilios, nos casos e procedementos máis característicos en situacións de emerxencia en espazos acuáticos naturais e instalacións acuáticas.  | 25            |





## Observacións avaliación

- A asistencia e participación é obrigatoria. É necesario cumprir un mínimo do 70% para a cualificación da práctica de actividade física.
- Todos os apartados da avaliación deben ser aprobados para que poidan terse en conta na cualificación final. O resultado da cualificación final será a suma de cada apartado na súa porcentaxe correspondente.
- Os apartados da avaliación que fosen aprobados non será necesario repetilos na segunda oportunidade (xullo), nin en oportunidades de seguintes cursos, sempre que se manteñan os mesmos criterios de avaliación. En caso dalgún cambio aplicarase a Guía Docente do curso en vigor.
- Os alumnos lesionados deberán demostrar que dominan ás técnicas de socorrismo terrestre e acuático no momento que se recuperen da súa lesión acordando unha data cos profesores.
- Todos os traballos deben ser presentados correctamente redactados e sen faltas de ortografía para poder ser avaliados.
- Todos os traballos deben respectar os seguintes aspectos formais: paginación, tamaño de fonte 12, interlineado sinxelo e xustificación do texto.
- Todos os traballos deben aterse á estrutura seguinte: portada con título do traballo e autores, índice, introdución, obxectivos do traballo, desenvolvemento do traballo, conclusións e bibliografía. A ausencia ou incorrección de calquera destes apartados ocasiona o suspenso do traballo.
- O idioma da proba de resposta breve é o castelán. Si se desexa en outro idioma se solicitará con unha semana de antelación a data de realización indicada no calendario oficial.
- Para os alumnos con matrícula parcial, se os houbera, permitirase o máximo do 30% de non asistencia as sesións prácticas e consensuar cos profesores a realización dos traballos, que poderían ser de carácter individual.

## Fontes de información



## Bibliografía básica

Abelairas, C.; Romo, V., Barcala, R. y Palacios, J.(2013). ¿Efecto de la fatiga física del socorrista en los primeros cuatro minutos de la reanimación cardiopulmonar posrescate acuático? . EMERGENCIAS. 2013. 25, 184-190.AUSTSWIM (2001). Teaching swimming and water safety. Learning Aquatics the Australian Way . Human Kinetics. Champaign,IL.Barcala, R.; Abelairas, C.; Romo, V.; Palacios, J. (2014). ¿Influence of automatic compression device and water rescue equipment in quality lifesaving and cardiopulmonary resuscitation?. Hong Kong Journal of Emergency Medicine , Vol. 21(5), Sep 2014, 291-299. Barcala, R.; Abelairas, C.; Romo, V.; Palacios, J.(2012). ¿Effect of physical fatigue on the quality cardiopulmonary resuscitation: a water rescue study of lifeguards?. American Journal of Emergency Medicine. Am J Emerg Med (2012), <http://dx.doi.org/10.1016/j.ajem.2012.09.012>Calais?Germain, B. (1998). El periné femenino y el parto. Elementos de anatomía y bases de ejercicios. Los libros de la liebre de marzo. Barcelona. Caldentey Grimat, M. A. (1999). La natación y el cuidado de la espalda . Método acuático correctivo M.A.C. Ed. Inde. Barcelona. Colado, J.C. (2004). Acondicionamiento físico en el medio acuático. Paidotribo Barcelona. Del Castillo, M. (2002). Disfruta de tu embarazo en el agua. Actividades acuáticas para la mujer gestante. Ed. INDE. Barcelona. Del Castillo, M. (2004). Actividades acuáticas en la Primera Infancia: Programa de Intervención y Seguridad. Xaniño. A Coruña. Del Castillo, M. y Barcala, R. (2010). "Utilización del material de rescate para actividades educativas acuáticas." Ponencia ¿V Jornadas de Socorrismo basado en la evidencia científica y Soporte Vital Prehospitalario en el medio acuático?. Cd editado por UDC, FUAC y GIAAS. Duffield, M.H. (1985). Ejercicios en el agua. Barcelona. Jims. Dull, H. (1997). WATSU Freeing the body in water. 2nd edition. Harbin Springs Publishing. European Child Safety Alliance (2009). Child safety report card 2009. Europe Summary for 24 countries. Amsterdam. ECSA.González, F.; Palacios, J.; Barcala, R. y Oleagordia, A. (2008). Primeros Auxilios y socorrismo acuático: prevención e intervención . Madrid. Paraninfo.Grosse, S. J. (2009). Lifeguard Training Activities and Games. Human Kinetics. Champaign , IL . Jardí, C. (2000). Movernos en el agua. Paidotribo. Barcelona. Jiménez, J. (1998). Columna vertebral y medio acuático. Ejercicios preventivos y terapéuticos. Ed. Gymnos. Madrid.Linnan, M. et al. (2012). Child Drowning. Evidence for a newly recognized cause of child mortality in low and middle income countries in Asia .Unicef.Martínez, P. y Moreno, R. (2011). Cuentos motores acuáticos. Ed. INDE. Barcelona.Moran, K.; Quan, L.; Franklin,R. y Bennett, E. (2011). ¿Where the evidence and expert opinion meet: a review of open-water recreational safety messages?. International Journal of Aquatic Rescue and Education, 2011; 5, 251-70.Moreno, J. A.; Pena, L. y Del Castillo, M. (2004). Manual de Actividades Acuáticas en la Infancia. Para bebés y niños de hasta seis años. Paidós. Barcelona.Moreno, J. A.; Arias, J. A.; Caravaca, Mª A.; del Castillo, M.; Pinto, R. y De Paula, L. 2010. Guía de Educación Acuática Infantil. Editada por INDE y distribuida gratuitamente a través de su página web ([www.inderef.com](http://www.inderef.com)).Muñoz Herrera, E. (2011). Planifica tus actividades acuáticas con el Modelo Narrativo Lúdico. Ed. Wanceulen. Sevilla.Palacios, J. (2014). Manejo del trauma acuático. En Universidad Atlántida Argentina. Congreso Internacional de Salvamento Acuático y Socorrismo. (pp. 28-46). Mar del Plata, Buenos Aires. Ediciones de la Universidad Atlántida Argentina. Palacios, J. (2010). El trabajo real del socorrista acuático ¿ guardavidas: estudio de sus intervenciones. En Universidad Abierta Interamericana. IV Congreso Internacional de Salvamento Acuático, Rescate y Reanimación Cardiopulmonar. (pp. 1-16).Buenos Aires (Argentina). Universidad Abierta Interamericana.Palacios, J. (2010). El beneficio de la utilización de aletas en socorrismo acuático. En Universidad Abierta Interamericana. IV Congreso Internacional de Salvamento Acuático, Rescate y Reanimación Cardiopulmonar. (pp. 20-25). Buenos Aires(Argentina). Universidad Abierta Interamericana. Palacios, J. (2008). Socorrismo acuático profesional: Formación para la prevención y la intervención ante accidentes en el medio acuático . A Coruña. Publicaciones Didácticas SADEGA.Palou Sampol, P. y col. (2009). Aquafitness. Palma. Ediciones Universidad Illes Balears y Grada Gymnos. Pansu, C. (2002). El agua y el niño. Un espacio de libertad. Barcelona INDE.Pappas Baun, M.B. (2010). Fitness acuático. Fantásticos ejercicios en el agua. Ed. Tutor. Madrid. Pérez Fernández, Mª Reyes (2005). Principios de hidrocinesiterapia y balneoterapia. Mc Graw-Hill Interamericana. Madrid. Sanders, M. E. (2001). Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen I Agua poco profunda. Ed. Gymnos. Madrid. Sanders, M. E. (2001). Fitness acuático. Manual de instructor. Volumen II Entrenamiento específico y de ejercicios en suspensión. Ed. Gymnos. Madrid. Soler, A. y Jimeno, M (1998). Actividades Acuáticas para personas mayores. Fundamentos Teóricos y Sesiones Prácticas. Editorial Gymnos. Madrid. Soler, A. (2009). Practicar ejercicio físico en la vejez. Una intervención preventivo-educativa para lograr envejecer saludablemente. Editorial INDE. Barcelona. Sova, R. (1993). Ejercicios acuáticos. Barcelona. Paidotribo.Surf Life Saving Association of Australia (1988). The Surf Life Saving Coaching Manual . Brighton-le-Sands (Australia). Surf LifeSaving Association of Australia.Szpilman, D. (2013).



¿Avances en la prevención y tratamiento de ahogados?. VII Jornadas sobre Socorrismo y Soporte Vital Prehospitalario en el Medio Acuático. A Coruña: GIAAS. Szpilman, D. (2012). Afogamento. Perfil epidemiológico no Brasil, ano 2010. [www.sobrasa.org](http://www.sobrasa.org). Szpilman, D.; Bierens, J.; Handley, A.J. y Orłowski, J.P. (2012). ¿Drowning?. *New England Journal of Medicine* 2012; 366: 2102-10. Tanaka, H.; Monahan, K.D.; Seals, D.R. (2001). "Age-Predicted Maximal Heart Rate". *Journal of the American College of Cardiology*; 37; 153-156. Thein Brody, L. y Richley Geigle, P. (2009). Aquatic exercise for rehabilitation and training. Champaign, IL. *Human Kinetics*. Wessinghage, T.; Rifle, M. y Belz, V. (2008). *Aquafit. Un entrenamiento global de fuerza, resistencia, coordinación y movilidad*. Ed. Paidotribo. Barcelona. World Health Organization (2008). *World report on child injury prevention*. Ginebra. World Health Organization and UNICEF. Páginas web: <http://blogs.lavozdeg Galicia.es/socorrismoBlog> Vigías en La Voz de Galicia, dedicado a las actividades acuáticas y el socorrismo, desde el día 28 de julio de 2009. Blog con 226 artículos y 1088 comentarios (hasta 23-06-15). [http://www.educacion.gob.es/educa/incual/ice\\_CualCatalogo\\_AFD.html](http://www.educacion.gob.es/educa/incual/ice_CualCatalogo_AFD.html) Página web del Instituto Nacional de las Cualificaciones del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, en la que se informa del Sistema Nacional de Cualificaciones y Formación Profesional. <http://www.ine.es> Página web del Instituto Nacional de Estadística, que ofrece una gran cantidad de información estadística de libre acceso para todos los usuarios de la estadística oficial española. Junto con los datos estadísticos que se ofrecen sobre la economía, la demografía y la sociedad española en esta web también se encuentra información de carácter institucional y metodológico, así como sobre diversas actividades y servicios que el INE ofrece a los distintos segmentos de usuarios. <http://www.redvigias.com> Página web de la Red Vigías, formada por el Grupo de Investigación en Actividades Acuáticas y Socorrismo (GIAAS) de la Universidad de A Coruña y el Grupo de Investigación Rendimiento y Motricidad en Salvamento y Socorrismo (REMOSS) de la Universidad de Vigo, dedicada a las actividades acuáticas y el socorrismo, con numerosos artículos, publicaciones, fotografías e información sobre actividades formativas, noticias de actualidad y materiales.



|                                    |  |
|------------------------------------|--|
| <b>Bibliografía complementaria</b> | <p>DEL CASTILLO, M. (2009): "Desarrollo e investigación en Programas Acuáticos: gestantes y primera infancia." En Guillén del Castillo, M. y Ariza Vargas, L.: Las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte como fundamento para la práctica deportiva. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba.</p> <p>DEL CASTILLO, M. (2008): "Actividades acuáticas para gestantes. El espacio acuático como recurso metodológico." En Moreno Murcia, J. A. y Marín de Oliveira, L.M.: "Nuevas aportaciones a las Actividades Acuáticas". Unidad de Investigación en Educación Física y Deportes. Facultad de CC del Deporte. Universidad de Murcia.</p> <p>DEL CASTILLO, M. y MUÑOZ, E. (2008): "Propuesta metodológica para la iniciación a las actividades acuáticas en la primera infancia." En Guillén del Castillo, M y Ariza Vargas, L.: Educación Física y Ciencias Afines. Alternativas de integración y salud para el hombre y la mujer del siglo XXI. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Córdoba.</p> <p>PALACIOS, J. (2008): "El socorrista acuático: reseña histórica y consideración profesional". PISCINAS XXI: Revista de la construcción, mantenimiento y equipos de la piscina, SPAs y saunas, XXXII, 213, enero-febrero, 70-74.</p> <p>PALACIOS, J. y COL. (2006): "Actividades Acuáticas y Socorrismo Profesional: 4º Congreso de Salvamento y Socorrismo". A Coruña: Fundación IDISSA.</p> <p>PALACIOS, J. (2005): "La validez de la formación en socorrismo acuático". AGUA Y GESTIÓN: Revista especializada en actividades acuáticas y gestión de instalaciones deportivas, 70, 22-28.</p> <p>Palacios, J. (2004). "La validez legal de la formación en Salvamento Acuático Profesional." PREVIR: Actividades Acuáticas y Salvamento Profesional, 1. 8-11.</p> <p>Palacios, J. (2001). "Prevenir accidentes acuáticos y ahogamientos." FEGUI: Revista de Salvamento Acuático y Primeros Auxilios, 17. 28-30.</p> <p>Palacios, J. (2000). Salvamento Acuático: un estudio de la realidad del salvamento y socorrismo en las playas de Galicia con Bandera Azul -1996/1997-. Tesis doctoral. A Coruña. Xaniño Editorial.</p> <p>Palacios, J. (2000). Salvamento Acuático: teoría y recursos didácticos. A Coruña. Xaniño Editorial.</p> <p>Palacios, J. (1999). Salvamento Acuático. Santiago. Edicións LEA.</p> <p>Palacios, J. (1999). "La seguridad en los cursos de natación." AGUA Y GESTIÓN, SEAE-INFO: Revista especializada en actividades acuáticas y gestión de instalaciones deportivas, 46. 12-16.</p> <p>Palacios, J. (1998). "La prevención en el salvamento acuático: recursos y consejos para evitar ahogamientos." AGUA Y GESTIÓN, SEAE-INFO: Revista especializada en actividades acuáticas y gestión de instalaciones deportivas, 41. 16-25.</p> <p>Palacios, J. (1996). Salvamento Acuático: Formas, Recursos y Medios para la Prevención. A Coruña: Federación Española de Salvamento y Socorrismo. Cuaderno Didáctico nº 2.</p> <p>Palacios, J. (1995). "El Salvamento Acuático como transmisor de valores humanos." SEAE-INFO: Revista especializada en actividades acuáticas y gestión, 30. 18-24.</p> <p>Palacios, J.; Barcala, R.; Vales, C.; López, S. y Pérez, D. (2010). Formación y didáctica en Socorrismo Acuático Profesional. A Coruña. Fundación Universidade da Coruña.</p> <p>Palacios, J. et al (2006). Actividades Acuáticas y Socorrismo Profesional: 4º Congreso de Salvamento y Socorrismo. A Coruña. Fundación IDISSA.</p> <p>Palacios, J. et al (2004). 3er. Congreso de Salvamento y Socorrismo de Galicia. A Coruña. Fundación IDISSA.</p> <p>Palacios, J. y Del Castillo, M. (2013): "Estudio descriptivo sobre epidemiología del ahogamiento en España en la temporada de verano 2012?". <a href="http://blogs.lavozdeg Galicia.es/socorrismo">http://blogs.lavozdeg Galicia.es/socorrismo</a></p> <p>Palacios, J.; Iglesias, O.; Zanfaño, J.; Angueira, G. y Parada, E. (1998). Salvamento Acuático, Salvamento Deportivo y Psicología. A Coruña. Xaniño Editorial.</p> <p>Palacios, J. y Zanfaño, J. (1996). Salvamento Acuático: Formas, Recursos y Medios para la Prevención. A Coruña. Federación Española de Salvamento y Socorrismo.</p> <p>ROYAL LIFE SAVING SOCIETY UK (1994): Beach Lifeguarding. Mountbatten House, Studley, Warwickshire (U.K.): Royal Life Saving Society UK.</p> <p>Royal Life Saving Society UK (1990): Lifesaving. Mountbatten House, Studley, Warwickshire (U.K.).</p> <p>Royal Life Saving Society UK (1989): Pool Lifeguarding. Mountbatten House, Studley, Warwickshire (U.K.): Royal Life Saving Society UK.</p> <p>Royal Society for the Prevention of Accidents (1993). Safety on British Beaches. Operational Guidelines. Birmingham (U.K.).</p> <p>Royal Society for the Prevention of Accidents.</p> <p>RUIZ-GONZÁLEZ, A.; GARDE, S.; CATALÁN, R.; LOSADA, P.; LARUMBE, L. y LERA, R. (2005): Guía de actuación psicológica para intervinientes en emergencias. Navarra: Gobierno de Navarra.</p> <p>ST. JOHN AMBULANCE AUSTRALIA (1999): Australian First Aid. Melbourne: Impact Printing.</p> <p>UNITED STATES LIFESAVING ASSOCIATION (1981): Lifesaving and Marine Safety. Piscataway (NJ - EEUU): New Century Publishers, Inc.</p> |
|------------------------------------|--|

### Recomendacións

#### Materias que se recomenda ter cursado previamente

Habilidades acuáticas e a súa didáctica/620G01007

Actividade física saudable e calidade de vida I/620G01023

#### Materias que se recomenda cursar simultaneamente



Actividade física saudable e calidade de vida II/620G01036

Materias que continúan o temario

Observacións

- O idioma das clases presenciais utilizado habitualmente polos profesores será o castelán, pero os alumnos poderán utilizar o galego cando o desexen.- A lingua inglesa será utilizada nas consultas dalgunhas fontes bibliográficas.- "Actividades Acuáticas Saudables e Socorrismo" é unha materia optativa, deseñada para os alumnos interesados e altamente motivados nos contidos.&nbsp;- As clases da materia son principalmente prácticas, con esixencia elevada en niveis de dominio do medio acuático e con gran dedicación non presencial.

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías