



PROGRAMA DE CERTIFICACION UNIVERSITARIA

INSTRUCTOR DE NATACION

YMCA de Caracas comprometida desde su fundación en 1946 con la instrucción profesional, ha desarrollado el sistema **YLearning**, un programa educativo digital de apoyo académico en las diferentes disciplinas de las ciencias aplicadas al deporte para entrenadores y profesionales de la educación física.

YLearning proporciona un plan de estudios estructurado y progresivo, seleccionando cuidadosamente a los profesores que conforman nuestro **Staff de Instructores YMCA**, quienes han sido certificados en cada especialidad. De igual manera Los estudiantes son evaluados constantemente para asegurar que estén progresando y se les proporciona apoyo en cada etapa de su formación académica.

Características principales de YLearning

- **Capacitación integral:** Abarca una amplia gama de temas relacionados con el entrenamiento deportivo, desde la legislación deportiva, pedagogía deportiva, medidas de seguridad y prevención en espacios acuáticos, nutrición deportiva, psicología y coaching deportivo, preparación física, anatomía, reglamentación y antidopaje deportivo
- **Flexibilidad:** Los estudiantes pueden acceder a los contenidos desde cualquier dispositivo con conexión a internet, lo que les permite estudiar a su propio ritmo y en cualquier lugar.
- **Actualización constante:** Los contenidos se actualizan periódicamente para garantizar que los estudiantes estén al tanto de las últimas tendencias y avances en el campo del entrenamiento deportivo.

Beneficios de YLearning

- **Mejora continua:** Los profesionales del deporte pueden mantenerse actualizados en las últimas tendencias y mejores prácticas.
- **Mayor eficacia en el entrenamiento:** Los conocimientos adquiridos en YLearning permiten diseñar programas de entrenamiento más efectivos y personalizados.
- **Desarrollo profesional:** YLearning contribuye al crecimiento profesional de los instructores y entrenadores de natación.
- **Acceso a una comunidad de aprendizaje:** Los estudiantes pueden interactuar con otros profesionales del deporte y compartir experiencias.

Para ello **YMCA** Caracas a diseñado un **Campus Virtual** , usando tecnología **LMS - Learning Management System** o *Sistema de gestión del aprendizaje* - basada en la nube (**Cloud Computing**) una plataforma educativa digital que ofrece ambientes estructurados de aprendizaje, donde los estudiantes pueden interactuar con otros profesores y alumnos por medio de video conferencias, o chats, entre otros recursos digitales, lo que nos ha permitido crear cursos integrales que extienden su aprendizaje, en cualquier momento, en cualquier sitio.

Nuestro Campus Virtual YMCA fue creado para proporcionar un entorno educativo, dinámico y funcional para que nuestros estudiantes obtengan el mayor provecho, rendimiento y beneficios en su experiencia de formación en línea.

Basa su diseño técnico y pedagógico en la capacitación integral, donde el conocimiento se construye en la mente del estudiante en lugar de ser transmitido solamente a partir de libros o videos, por lo cual realizamos aprendizaje cooperativo. Hemos creado un ambiente educativo centrado en el estudiante que le ayuda a construir el conocimiento con base en habilidades propias en lugar de únicamente publicar y transmitir la información que se considera que los estudiantes deben conocer.

Características generales de la certificación

El programa de capacitación **YMCA Instructor de Natación** está concebido para estandarizar niveles de conocimientos sobre el proceso de enseñanza y formación de nadadores desde sus niveles iniciales hasta los niveles federativos, con argumentos y conceptos que se sustentan en las ciencias aplicadas al deporte, lo que contribuirá a que todos los técnicos que se desempeñan en los clubes miembros de las asociaciones deportivas y otras entidades públicas y privadas que desarrollan la natación, dispongan de las bases teóricas y los medios técnicos y metodológicos que requieren para hacer más eficiente y segura su labor de enseñanza.

El Programa está diseñado para llevarlo a cabo en 81 horas académicas no presenciales (campus virtual) tiempo en el cual se transita por tres módulos de estudio, estrechamente relacionados, que están estructurados de la siguiente manera:

Modulo I – 27 horas académicas (4 semanas)

Modulo II – 27 horas académicas (4 semanas)

Modulo III – 27 horas académicas (4 semanas)

Inversión: US\$ 55,00 por módulo (US\$ 165 en total)

Inicio: febrero 2026

Clases **100%** en línea en nuestro Campus Virtual diseñado con tecnología **Moodle®** videoconferencias **Zoom®**

La metodología por usar será de clases no presenciales en la plataforma virtual del Instituto YMCA, al culminar cada asignatura se debe aprobar una evaluación para pasar a la siguiente clase; para obtener el certificado se debe aprobar cada uno de tres los módulos con un mínimo de 80% de calificación.

La duración total del curso es de 81 horas académicas (tres módulos), que el participante podrá distribuir de acuerdo con su disponibilidad de tiempo durante todo el

período de duración de la certificación, el tiempo estimado para realizar todas las actividades es de 12 semanas.

Esta certificación está dirigida a todas aquellas personas que se dedican al mundo de las actividades físicas y deportivas o cualquier persona interesada en formarse o ejercer como Instructor de Natación

Módulo I

Perfil y Ética del Instructor Deportivo
Legislación Deportiva en el marco de los deportes acuáticos
Nuevos enfoques de las actividades acuáticas
Pedagogía y Metodología de la Enseñanza
Principios del entrenamiento deportivo
Planificación del Entrenamiento I (Clases de natación y sesiones de entrenamiento)
Medidas de seguridad y prevención en espacios acuáticos
Nociones elementales de RCP y Primeros Auxilios
Atención primaria al deportista en la piscina

Módulo II

1. Fundamentos Básicos de la Enseñanza de las Estilos de Natación Clase: 1 Crawl y Espalda
2. Fundamentos Básicos de la Enseñanza de las Estilos de Natación Clase 2 Pecho y Mariposa
3. Fundamentos Básicos de la Enseñanza de las Estilos de Natación Clase 3 Salidas, virajes o vueltas y llegadas
4. Planificación del Entrenamiento II (planificar una clase niveles iniciales)
5. Planificación del Entrenamiento III (Fundamentos periodización y planificación del entrenamiento)
6. Planificación del Entrenamiento IV (Valencias físicas y áreas funcionales del entrenamiento)
7. Psicología Deportiva: orientación para comunicarse con los padres
8. Psicología Deportiva: cómo motivar a los deportistas de acuerdo con su edad
9. Coaching Deportivo: claves para potenciar con éxito la mentalidad ganadora de tus nadadores

Módulo III

1. Nutrición Deportiva: La alimentación e hidratación de un nadador
2. Nutrición Deportiva: Suplementación deportiva para nadadores
3. Nociones elementales de anatomía del nadador: principales músculos implicados en los estilos crol, espalda, pecho y mariposa
4. Preparación Física y Acondicionamiento Neuromuscular
5. Riesgos y beneficios del entrenamiento de fuerza en jóvenes deportistas
6. Organización de una escuela o club de natación
7. Criterios y pruebas para la selección de probables talentos
8. Especialización deportiva a temprana Edad: riesgos y beneficios
9. Generalidades del Reglamento World Aquatics Natación para Instructores
10. Educación Anti-Dopaje Deportivo: ADEL para deportistas de nivel nacional

REQUISITOS PARA LOS PARTICIPANTES:

- Tener 18 años cumplidos a la fecha de inicio del curso, no limitativo
- Grado de Instrucción mínimo bachiller, no limitativo si tiene experiencia como nadador federado
- Disposición para enseñar, monitorear o dirigir entrenamientos de natación.
- Poseer conexión a internet y manejar las tecnologías de la comunicación.

Procedimiento para formalizar la inscripción y matriculación al curso.

1. Llenar la planilla de inscripción previo pago del módulo 1 (no cobramos matricula de inscripción)
2. Una vez confirmados los datos de la planilla se le matriculará en el curso y se le notificará los días previos al curso su usuario y contraseña para ingresar al Campus Virtual.
3. Formas de Pago: USDT, PayPal, Western Union, Depósitos y Efectivo \$, Transferencia y Pago Móvil bolívares a la tasa oficial del Banco Central de Venezuela.

El curso incluye:

- ✓ Certificado por Módulo en PDF avalado por el Instituto Universitario YMCA Lope Mendoza, generado aquellos participantes que completen y aprueben todas las actividades durante el lapso estipulado.
- ✓ Material de apoyo en digital y acceso al Campus Virtual.
- ✓ Certificación de aprobación expedida por **YMCA** Caracas y el **Instituto Universitario YMCA Lope Mendoza** en formato digital (archivo descargable en PDF), generado aquellos participantes que completen y aprueben todas las actividades. Al completar y aprobar estos tres módulos se emitirá una acreditación al participante como instructor de natación en las categorías infantiles, juveniles y máster por un costo adicional de \$25

WhatsApp +58 424 7476373 +58 416 6276086
institutoymca@gmail.com
www.institutoymca.org