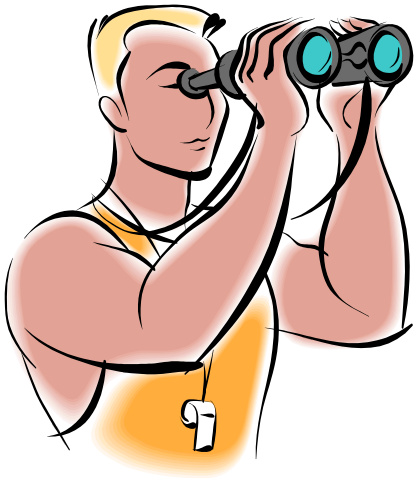
CURSO EN FINES DE SEMANA EN HORARIO DE MAÑANA Y TARDE.

DETALLE DE HORARIO DE ASIGNATURAS EN HOJA A PARTE.

REQUISITOS PARA MATRICULARSE:

- ❑ 16 AÑOS CUMPLIDOS.
- ❑ NIVEL MEDIO DE NATACION.
- ❑ FOTOCOPIA DEL D.N.I.
- ❑ 2 FOTOGRAFIAS TAMAÑO CARNET.
- ❑ CERTIFICADO MEDICO OFICIAL.
- ❑ JUSTIFICANTE DE PAGO DE:
  - ○ 495 € - TÍTULO FED. ARAGONESA.
  - ○ +65 € - TÍTULO FED. ESPAÑOLA **(OPCIONAL)**.

• CAI : 2086 0022 60 3300183642



ORGANIZA:

FEDERACION ARAGONESA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO
AVDA. DE RANILLAS 101 - SEMISOTANO - 50018 ZARAGOZA
WWW.SOSARAGON.COM | FASS @ SOSARAGON.COM
TELF: 976.73.14.95 | 660.41.25.98 | FAX: 976.73.32.99

CURSO DE
SOCORRISTA ACUÁTICO
Y
PRIMEROS AUXILIOS



ZARAGOZA 2014
29 DE MARZO AL 11 DE MAYO

PROGRAMA

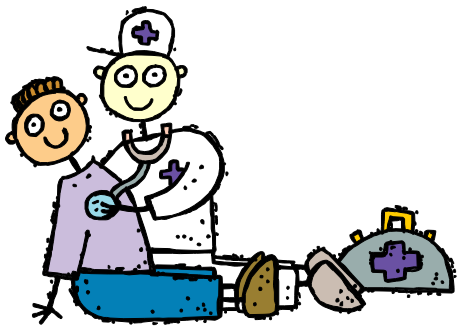
CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS:

ANATOMIA:
- ❑ Huesos
- ❑ Articulaciones
- ❑ Músculos

FISIOLOGÍA:
- ❑ Sistema de aporte de oxígeno (S.A.O.)
- ❑ Introducción a las adaptaciones del (S.A.O) al esfuerzo
- ❑ Síndrome general de adaptación

PRIMEROS AUXILIOS:
- ❑ Soporte Vital Básico (Reanimación Cardiopulmonar)
- ❑ Urgencias médicas:
  - Infarto de miocardio.
  - Desmayos, lipotimias y síncopes.
  - Shock.
- ❑ Heridas y hemorragias.
- ❑ Traumatismos.
  - Esguinces.
  - Contusiones.
  - Luxaciones.
  - Fracturas.
  - Traumatismos craneoencefálicos y de la columna vertebral.
  - Politraumatizados.
  - Traslados.
- ❑ Oxigenoterapia.

LEGISLACIÓN I:
- ❑ Responsabilidad civil y penal del socorrista.



CURSO DE SOCORRISTA ACUATICO:

NATACIÓN:
- ❑ Técnica de estilos.
- ❑ Entradas al agua.
- ❑ Virajes.

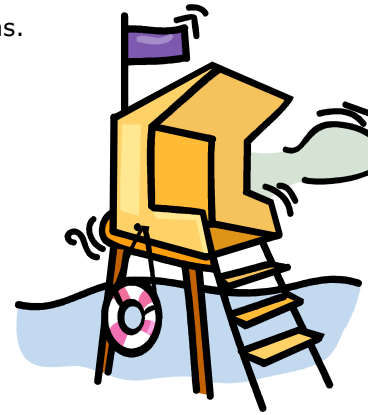
TEORIA DE SALVAMENTO:
- ❑ Principios del salvamento.
- ❑ Técnicas de vigilancia.
- ❑ Tipos de víctimas.
- ❑ Métodos de rescate.

PRÁCTICA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO:
- ❑ Entradas al agua.
- ❑ Aproximación a víctimas.
- ❑ Utilización de material de salvamento.
- ❑ Presas y zafaduras.
- ❑ Remolques.
- ❑ Extracción de víctimas.
- ❑ Rescate de víctimas traumáticas.

PSICOLOGÍA:
- ❑ La ansiedad y el estrés en situaciones de emergencia.
- ❑ La auto confianza en el socorrista.
- ❑ Técnicas de Entrenamiento Psicológico:
  - Relajación.
  - Practica imaginada.
  - Control de atención y concentración.
- ❑ Habilidades de comunicación:
  - Respuestas de Personas Nerviosas.
  - Conductas.

LEGISLACIÓN II:
- ❑ Decreto de piscinas.
- ❑ Legislación laboral.





CURSO DE SOCORRISTA

ZARAGOZA, del 29 de Marzo al 11 de Mayo de 2014

Estádio Miralbueno EL OLIVAR | Autobuses 20 – 30 - 41

Horario de Clase

Hora	**SÁBADO** 29 Marzo	**DOMINGO** 30 Marzo	**SÁBADO** 5 Abril	**DOMINGO** 6 Abril
8:00 10:30	**PRESENTACION** (8 - 8:30) Anatomía (8:30-10:30)	Natación	Fisiología (8:00 – 10:00h)	Pª Salvnto
11:30 14:00	Anatomía (11:00 – 13:00h)	Anatomía (11:30 – 13:30h)	Fisiología (10:30 – 12:30h)	Tª Salvnto
15:30 17:30	Natación	Tª Salvnto	Fisiología	Tª Salvnto
18:00 20:00	Natación	Pª Salvnto	Pª Salvnto	Pª Salvnto
Hora	**SÁBADO** 12 Abril	**DOMINGO** 13 Abril	**SÁBADO** 26 Abril	**DOMINGO** 27 Abril
8:00 10:30	1os Auxilios	Pª Salvnto	1os Auxilios	Pª Salvnto
11:30 14:00	1os Auxilios (11:00 – 13:30h)	Legislación (11:30 – 13:30h)	1os Auxilios (11:00 – 13:30h)	Tª Salvnto
15:30 17:30	Legislación	Legislación	1os Auxilios	1os Auxilios
18:00 20:00	Pª Salvnto	Pª Salvnto	Pª Salvnto	Pª Salvnto
Hora	**SÁBADO** 3 Mayo	**DOMINGO** 4 Mayo	**SÁBADO** 10 Mayo	**DOMINGO** 11 Mayo
8:00 10:30	1os Auxilios	Pª Salvnto	1os Auxilios	Pª Salvnto
11:30 14:00	1os Auxilios (11:00 – 13:30h)	Tª Salvnto	1os Auxilios (11:00 – 13:30h)	Psicología (11:30 – 13:30h)
15:30 17:30	1os Auxilios	1os Auxilios	Psicología	Psicología
18:00 20:00	Pª Salvnto	Pª Salvnto	Pª Salvnto	Pª Salvnto

Horas de piscina.

Horas teóricas.

FEDERACIÓN ARAGONESA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO
AVDA. DE RANILLAS 101 - SEMISOTANO - 50018 Zaragoza
Tel: 976.73.14.95 / 660.41.25.98 Fax: 976.73.32.99
www.sosaragon.com e-mail: fass@sosaragon.com

CURSO DE PRIMEROS AUXILIOS

ANATOMÍA HUMANA:	6 h.
FISIOLOGÍA HUMANA:	6 h.
PRIMEROS AUXILIOS:	28 h.
LEGISLACIÓN LABORAL I:	3 h.

CURSO DE SOCORRISTA ACUÁTICO

LEGISLACIÓN LABORAL II:	3 h.
PSICOLOGÍA:	6 h.
NATACIÓN:	6.5 h.
TEORÍA DE SALVAMENTO ACUÁTICO:	11.5 h.
PRÁCTICA DE SALVAMENTO ACUÁTICO:	34.5 h.

NOTA: Para obtener el curso de SOCORRISTA ACUÁTICO se deberá tener aprobadas previamente todas las asignaturas del curso de PRIMEROS AUXILIOS. (TOTAL CURSO: 104.5 HORAS).

CUADRO DE PROFESORES

DIRECTOR DEL CURSO:	JAVIER VALERO BARCONES
ANATOMÍA HUMANA:	Licenciado en Medicina
FISIOLOGÍA HUMANA:	Licenciado en Medicina
LEGISLACIÓN LABORAL:	Licenciado en Derecho
NATACIÓN:	Entr. Sup. Natación
Pª SALVAMENTO:	Profesor Salv. Acuático
	Profesor Salv. Acuático
	Profesor Salv. Acuático
PRIMEROS AUXILIOS:	Licenciado en Medicina
PSICOLOGÍA:	Licenciado en Psicología
Tª SALVAMENTO:	Profesor Salv. Acuático
	Profesor Salv. Acuático

HOJA DE INSCRIPCIÓN

CURSO DE SOCORRISTA ACUÁTICO y PRIMEROS AUXILIOS.

Apellidos y Nombre: _____

D.N.I. _____ E-mail: _____

Dirección: _____

C.P. _____ Localidad: _____ Provincia: _____

Tlf Movil: _____ Tlf Fijo: _____ Fecha Nac: _____

ACOMPAÑAR A ESTA SOLICITUD:

- Fotocopia del D.N.I. (clara y legible)
- Certificado médico oficial que indique EXPRESAMENTE la capacidad para llevar a cabo actividad física en el agua.
- 2 Fotografías iguales y recientes de tamaño carnet (no valen las fotocopias en color). Escribir detrás con letra clara, nombre y apellidos.
- Justificante de ingreso por valor de:
    - **495 €** Título de la Federación Aragonesa de Salvamento y Socorrismo.
    - **+65 €** Título de la Fed Española de Salvamento y Socorrismo **(Opcional)**.

· CAI : 2086 0022 60 3300183642

Señalando en el justificante el nombre y apellidos **DEL ALUMNO** y el dato "**CURSO DE SOCORRISMO**".

REQUISITOS POR PARTE DEL ALUMNO:

- Poseer un nivel medio de natación.
- Un par de aletas de una longitud máxima de 65 x 30 cm. y un gorro de natación.
- Se recomienda el uso de gafas anticloro y bañador de competición.

Si una vez realizada la matrícula y reservada la plaza, se desea anular esta, la federación retendrá 95 € en concepto de gastos de matrícula. Comenzado el curso, NO SE DEVOLVERÁ EL DINERO en caso de abandono del mismo.

FEDERACIÓN ARAGONESA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO
AVDA. DE RANILLAS 101 - SEMISOTANO - 50018 Zaragoza
Tel: 976.73.14.95 / 660.41.25.98 Fax: 976.73.32.99
www.sosaragon.com e-mail: fass@sosaragon.com

NORMAS DEL CURSO:

El alumno tiene derecho a:

- Consultar sus exámenes una vez corregidos y a solicitar una revisión de no estar conforme.
- Tener cubierto el riesgo de accidente durante el transcurso del curso.
- Una recuperación en cada prueba suspensa en la asignatura de Práctica de Salvamento. No sucederá así en los exámenes teóricos, en los que SE REALIZARÁ UN ÚNICO EXAMEN por asignatura sin derecho a recuperación.
- Expresar su propia valoración y opinión, mediante encuesta anónima y voluntaria.

El alumno tiene la obligación de:

- Cumplir rigurosamente los horarios del curso, acudiendo puntualmente a cada una de las clases.

Normas generales:

- Una vez entre el profesor en el aula o la piscina, se dará por iniciada la clase, no permitiéndose la entrada a ningún alumno.
- Se pasara lista al principio de todas las clases. Todo aquel alumno con más de un 15% de faltas de asistencia en una asignatura, tendrá suspensa dicha asignatura.
- Durante el transcurso de las clases, no se puede comer, beber o fumar.
- Todo aquel alumno que no se presente a un examen, por cualquier causa o motivo no justificado, se considerará NO APTO.
- En la asignatura de Práctica de Salvamento, el alumno que tras las pertinentes recuperaciones, únicamente tenga pendientes 1 o 2 pruebas, de cara a otro curso se le guardará el resultado del resto, quien tenga suspensas 3 o más pruebas, deberá repetir TODAS las pruebas de la asignatura al matricularse en otro curso.
- A aquellos alumnos que no superen todas las asignaturas, se les mantendrá durante 1 año la calificación de apto en las asignaturas superadas, pasado el cual el alumno deberá repetir todo el curso.

Declaro haber leído y comprendido la normativa del curso, comprometiéndome a cumplirla.

Fdo:

Pruebas Acuáticas:

- **100 m PRUEBA COMBINADA**: Salida desde fuera del vaso, entrada al agua de salvamento, 50 m nado libre, 15 m de buceo para sin emerger recoger un maniquí y continuar con su arrastre hasta completar los 100 m.

  El tiempo límite será **2'30"**

- **50 m PRUEBA DE BUCEO + REMOLQUE**: Salida desde fuera del vaso, entrada al agua de pie sumergiéndose, sin salir a respirar, bucear 25 m hasta un maniquí que se encontrará situado en el fondo de la piscina boca arriba o boca abajo con la cabeza orientada hacia el lugar por el que se aproxima el alumno remolcándolo en superficie durante 25 m, con una técnica correcta.

  El tiempo límite será **1'20"**

- **200 m COMBINADA CON ALETAS**: Salida desde fuera del vaso, entrada al agua de salvamento, 100 m de nado de crol con aletas con la cabeza fuera del agua, recogida de un compañero en superficie de peso y estatura media y remolcarlo con una técnica correcta hasta completar los 200 m.

  El tiempo límite será **4'30"**

- **PRESAS Y ZAFADURAS EN EL MEDIO ACUÁTICO**.

- **100 m DE REMOLQUE DE UN COMPAÑERO**: Salida desde dentro del agua, remolcando a un compañero de peso y estatura media, mediante cuatro sistemas diferentes (uno cada 25 m) que marcará el examinador.

  El tiempo límite será **3'45"**

- **50 m COMBINADA CON MATERIAL**: Salida desde fuera del vaso con un material de salvamento elegido por el profesor (lata de rescate o tubo de rescate), entrada al agua de pie sin perder el contacto visual con la víctima, 25 m de nado de aproximación a estilo crol manteniendo el contacto visual con 1 víctima, recogida de un compañero en superficie, medio fondo o fondo que simulará estar nervioso o inconsciente, todo ello a criterio del profesor, remolcándolo hasta completar la distancia total de 50 m.

  El tiempo límite será **1'20"**

A continuación y fuera del tiempo establecido para la prueba, realizar la extracción correcta de una víctima inconsciente por un sólo socorrista colocándolo en posición de R.C.P. correctamente chequeando respiración y pulso.

FEDERACIÓN ARAGONESA DE SALVAMENTO Y SOCORRISMO
AVDA. DE RANILLAS 101 - SEMISOTANO - 50018 Zaragoza
Tel: 976.73.14.95 / 660.41.25.98 Fax: 976.73.32.99
www.sosaragon.com e-mail: fass@sosaragon.com

Federación Aragonesa de Salvamento y Socorrismo FASS Padre Marcellán, 15 ZARAGOZA