



PROGRAMA DE INSTRUCTOR NACIONAL APNEA 2* PISCINA FEDAS/CMAS – (INAP2_POOL)

Este programa está diseñado para instruir todos los niveles de formación de apnea en piscina FEDAS, desde el BAUTIZO 1* PISCINA hasta el de Instructor Nacional Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS.

El Instructor Nacional de Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS es el nivel máximo de formación de apnea de la federación; estos instructores serán los encargados de formar a los nuevos instructores de apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS.

1.- OBJETIVO GENERAL DEL CURSO

Enseñar todos los conceptos teóricos y pedagógicos necesarios para organizar cursos de instructores, de forma que se logre disponer de instructores altamente cualificados para formar a nuevos instructores de los cursos de apnea de piscina FEDAS/CMAS.

2.- REQUISITOS PARA ACCEDER AL CURSO:

- Tener 18 años de edad
- Estar en posesión del título de Instructor Nacional de Apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS o superior
- Haber acreditado al menos 100 certificaciones de todos los niveles de apnea en piscina FEDAS/CMAS
- Certificado médico que indique que es apto para la práctica de deportes a pulmón libre o declaración responsable sobre estado de salud según ANEXO I RD 550/2020, de 2 de junio, por el que se determinan las condiciones de seguridad de las actividades de buceo
- Estar en posesión de la Licencia Federativa de Técnico
- Estar en posesión de los títulos de Instructor de Administración de Oxígeno y SVB



3.- REQUISITOS DE CERTIFICACIÓN

- Completar una propuesta teórica de la organización de una parte del curso de instructor de apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS
- Completar una propuesta práctica de la organización de una parte del curso de instructor de apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS
- Superar todas las marcas requeridas

4.- EQUIPO DOCENTE

- El Director del curso será un Instructor Nacional de Apnea 3* FEDAS/CMAS o un Instructor Nacional de Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS.
- Si fuese necesario, podrán asistirlo Instructores Nacionales de Apnea 1* PISCINA o superiores.

5.- RATIOS

- Clases teóricas: 1 Instructor Nacional de Apnea 3* FEDAS/CMAS o un Instructor Nacional de Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS.
- Clases prácticas aguas confinadas: 1 Instructor Nacional de Apnea 3* FEDAS/CMAS o un Instructor Nacional de Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS – 6 alumnos (el instructor podrá ser ayudado por otros Instructores Nacionales de Apnea 1* PISCINA o superiores, con un ratio de 1-4)



6.- DURACIÓN DEL PROGRAMA

El programa tendrá una duración aproximadamente de 25 horas, con la siguiente distribución de horas mínimas:

- Clases de teoría: 10 x 1 hora
- Clases prácticas de piscina: 10 x 1 horas (al menos 6 sesiones)
- Clases prácticas de respiración: 2 x 1 hora

Se permite dos o más sesiones prácticas de agua por día, siempre que el intervalo entre ambas sea de al menos 1 hora.

7.- ATRIBUCIONES

Un Instructor Nacional de Apnea 2* PISCINA FEDAS/CMAS podrá impartir los siguientes cursos de apnea:

- BAUTIZO PISCINA
- APNEA 1* PISCINA
- APNEA 2* PISCINA
- Instructor Nacional de Apnea PISCINA 1*
- Instructor Nacional de Apnea PISCINA 2*



UNIDADES DIDÁCTICAS - TEORÍA

El contenido de las clases de teoría será el siguiente:

- Estructura de la Federación Española de Actividades Subacuáticas y la CMAS
- Programas de formación de los niveles de instructor en piscina
- Organización de un curso de instructor apnea PISCINA 2*
- Pedagogía - metodología
- Metodología de formación para formadores
- El uso del sistema de formación CMAS
- Análisis y evaluación de instructores
- Entrenamiento de Rescate - RCP para instructores

El candidato deberá completar una propuesta teórica de la organización de una parte del curso de instructor de apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS.

Además, el candidato será evaluado de sus habilidades pedagógicas, acorde con el manual de pedagogía FEDAS.



UNIDADES DIDÁCTICAS - PRÁCTICAS

Las clases prácticas se centrarán en los siguientes puntos:

- Organización de un curso de instructor de apnea 1* PISCINA
- Control de grupo, resolución de problemas y evaluación de estudiantes
- Organización de un evento de apnea en piscina
- Rescate, primeros auxilios – RCP para instructores
- Demostración de capacidades y aptitudes

El candidato deberá completar una propuesta práctica de la organización de una parte del curso de instructor de apnea 1* PISCINA FEDAS/CMAS

CAPACIDADES Y APTITUDES

Los futuros instructores deberán superar las siguientes pruebas para aprobar el curso:

- Apnea estática de 4' minutos
- Apnea dinámica con bialetas: 75 metros
- Apnea dinámica sin aletas: 60 metros
- Rescate de un apneista accidentado, remolque en superficie de 30 metros y extracción de la piscina y RCP
- 400 m nadando con equipo en menos de 6 minutos
- 3 x 50 m apnea dinámica con aletas con recuperación de 40 segundo