



## PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES

**CUALIFICACIÓN PROFESIONAL: GOBIERNO DE EMBARCACIONES Y  
MOTOS NÁUTICAS DEDICADAS AL SOCORRISMO ACUÁTICO**

**Código: MAP619\_2**

**NIVEL: 2**

### CUESTIONARIO DE AUTOEVALUACIÓN PARA LAS TRABAJADORAS Y TRABAJADORES

#### UNIDAD DE COMPETENCIA

**“UC0269\_2: Ejecutar técnicas específicas de natación con  
eficacia y seguridad”**

#### LEA ATENTAMENTE LAS INSTRUCCIONES

Conteste a este cuestionario de **FORMA SINCERA**. La información recogida en él tiene **CARÁCTER RESERVADO**, al estar protegida por lo dispuesto en la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de protección de datos de carácter personal.

Su resultado servirá solamente para ayudarle, **ORIENTÁNDOLE** en qué medida posee la competencia profesional de la “UC0269\_2: Ejecutar técnicas específicas de natación con eficacia y seguridad”.

No se preocupe, con independencia del resultado de esta autoevaluación, Ud. **TIENE DERECHO A PARTICIPAR EN EL PROCEDIMIENTO DE EVALUACIÓN**, siempre que cumpla los requisitos de la convocatoria.

Nombre y apellidos del trabajador/a: NIF:	Firma:
Nombre y apellidos del asesor/a: NIF:	Firma:



**INSTRUCCIONES CUMPLIMENTACIÓN DEL CUESTIONARIO:**

Cada **actividad profesional principal (APP)** se compone de **varias actividades profesionales secundarias (APS)**.

Lea atentamente cada APP y a continuación sus APS. En cada APS marque con una cruz el indicador de autoevaluación que considere más ajustado a su grado de dominio de las APS. Dichos indicadores son los siguientes:

1. No sé hacerlo.
2. Lo puedo hacer con ayuda
3. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda
4. Lo puedo hacer sin necesitar ayuda, e incluso podría formar a otro trabajador o trabajadora.

<b>APP1:</b> <i>Ejecutar desplazamientos en el medio acuático con eficacia y seguridad, superando situaciones adversas, aplicando técnicas adecuadas y garantizando durante su ejecución la orientación y la observación del entorno.</i>	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS1.1: Zambullirse en el medio acuático ejecutando las habilidades y destrezas básicas eficazmente permitiendo el avance y la orientación en el medio.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.2: Zambullirse en el medio acuático desde la orilla de la piscina ejecutando la entrada en el agua de cabeza y pies controlando la profundidad que se alcanza durante la zambullida.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.3: Efectuar inmersiones en el medio acuático con la profundidad requerida aplicando las habilidades y destrezas básicas.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.4: Alternar las técnicas de flotación en el medio acuático ejecutando las habilidades y destrezas básicas manteniendo la observación y la orientación del entorno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.5: Girar en el medio acuático sin perder la flotación ejecutando las habilidades y destrezas básicas manteniendo la observación y la orientación del entorno.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
APS1.6: Nadar en los diferentes estilos (estilo crol, espalda, braza y sus técnicas específicas) ejecutando las técnicas específicas y utilizando el material e indumentaria personal, demostrando una ejecución fluida y eficaz.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



<b>APP1:</b> Ejecutar desplazamientos en el medio acuático con eficacia y seguridad, superando situaciones adversas, aplicando técnicas adecuadas y garantizando durante su ejecución la orientación y la observación del entorno.	INDICADORES DE AUTOEVALUACIÓN			
	1	2	3	4
APS1.7: Nadar en los diferentes estilos (estilo crol, espalda, braza) utilizando el material auxiliar (aletas, palas, entre otros) en la ejecución de las diferentes técnicas específicas.				
APS1.8: Adaptar la respiración al ritmo, a los diferentes estilo, al material auxiliar utilizado (aletas, palas, entre otros), al esfuerzo requerido y a las condiciones del medio.				
APS1.9: Desplazarse a nado en el medio acuático manteniendo una velocidad constante en los desplazamientos a media y larga distancia.				
APS1.10: Desplazarse a nado estilo libre en el medio acuático realizando un tiempo máximo de cuatro minutos quince segundos en los 200 metros.				
APS1.11: Desplazarse en el medio acuático superando los posibles impedimentos.				
APS1.12: Desplazarse en la superficie o de forma sumergida en el medio acuático en apnea continua manteniendo la eficacia y la orientación.				