



## I. Disposiciones Generales

### DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

#### **ORDEN ECD/1354/2018, de 31 de julio, por la que se establece el currículo del título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico para la Comunidad Autónoma de Aragón.**

El Estatuto de Autonomía de Aragón, aprobado mediante la Ley Orgánica 5/2007, de 20 de abril, establece, en su artículo 73, que corresponde a la Comunidad Autónoma la competencia compartida en enseñanza en toda su extensión, niveles y grados, modalidades y especialidades, que, en todo caso, incluye la ordenación del sector de la enseñanza y de la actividad docente y educativa, su programación, inspección y evaluación, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 27 de la Constitución y leyes orgánicas que lo desarrollen.

La Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, de las Cualificaciones y de la Formación Profesional, tiene por objeto la ordenación de un sistema integral de formación profesional, cualificaciones y acreditación, que responda con eficacia y transparencia a las demandas sociales y económicas a través de las diversas modalidades formativas.

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en su redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, establece en su capítulo V la regulación de la formación profesional en el sistema educativo, teniendo por finalidad preparar al alumnado para la actividad en un campo profesional y facilitar su adaptación a las modificaciones laborales que pueden producirse a lo largo de su vida, contribuir a su desarrollo personal y al ejercicio de una ciudadanía democrática, y permitir su progresión en el sistema educativo y en el sistema de formación profesional para el empleo, así como el aprendizaje a lo largo de la vida.

El Real Decreto 1147/2011, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación general de la formación profesional del sistema educativo, indica en su artículo 8 que las Administraciones educativas definirán los currículos correspondientes respetando lo dispuesto en el citado real decreto y en las normas que regulen los títulos respectivos y que podrán ampliar los contenidos de los correspondientes títulos de formación profesional. Esta ampliación y contextualización de los contenidos se referirá a las cualificaciones y unidades de competencia del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales incluidas en el título, así como a la formación no asociada a dicho Catálogo, respetando el perfil profesional del mismo.

La Orden de 29 de mayo de 2008, de la Consejera de Educación, Cultura y Deporte, establece la estructura básica de los currículos de los ciclos formativos de formación profesional y su aplicación en la Comunidad Autónoma de Aragón.

El Real Decreto 651/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en acondicionamiento físico y se fijan los aspectos básicos del currículo, es la norma de referencia para establecer el currículo aragonés.

El Decreto 314/2015, de 15 de diciembre, del Gobierno de Aragón, por el que se aprueba la estructura orgánica del Departamento de Educación, Cultura y Deporte, atribuye al mismo el ejercicio de las funciones y servicios que corresponden a la Comunidad Autónoma en materia de enseñanza no universitaria y, en particular, en su artículo 1.2.h), la aprobación, en el ámbito de sus competencias, del currículo de los distintos niveles, etapas, ciclos, grados y modalidades del sistema educativo.

Por lo expuesto, en virtud de las competencias atribuidas, previos informes del Consejo Escolar de Aragón y del Consejo Aragonés de Formación Profesional, dispongo:

#### CAPÍTULO I

#### **Disposiciones generales**

##### *Artículo 1. Objeto y ámbito de aplicación.*

1. La presente orden tiene por objeto establecer, para la Comunidad Autónoma de Aragón, el currículo del título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico, determinado por el Real Decreto 651/2017, de 23 de junio.

2. Este currículo se aplicará en los centros educativos que desarrollen las enseñanzas del ciclo formativo correspondientes al título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico en Aragón.



## CAPÍTULO II

**Identificación del título, perfil profesional, entorno profesional y prospectiva del título en el sector o sectores****Artículo 2. Identificación del título.**

El título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico queda identificado por los siguientes elementos:

Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas.

Denominación: Acondicionamiento físico.

Nivel: Formación Profesional de Grado Superior.

Duración: 2000 horas.

Referente europeo: CINE-5b (Clasificación Internacional Normalizada de la Educación).

**Artículo 3. Perfil profesional del título.**

El perfil profesional del título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico queda determinado por su competencia general, sus competencias profesionales, personales y sociales, por la relación de cualificaciones y, en su caso, unidades de competencia del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales incluidas en el título.

**Artículo 4. Competencia general.**

La competencia general de este título consiste en elaborar, coordinar, desarrollar y evaluar programas de acondicionamiento físico para todo tipo de personas usuarias y en diferentes espacios de práctica, dinamizando las actividades y orientándolas hacia la mejora de la calidad de vida y la salud, garantizando la seguridad y aplicando criterios de calidad, tanto en el proceso como en los resultados del servicio.

**Artículo 5. Competencias profesionales, personales y sociales.**

Las competencias profesionales, personales y sociales de este título son las que se relacionan a continuación:

- a) Elaborar planes de acondicionamiento físico acordes a las características de los grupos de población demandantes, incorporando las últimas tendencias de este campo profesional, así como, en su caso, las propuestas de mejora extraídas del seguimiento de otros proyectos anteriores y aprovechando las convocatorias institucionales.
- b) Desarrollar y registrar el plan de evaluación de los planes de acondicionamiento físico, concretando los instrumentos y la secuencia de aplicación, así como el tratamiento y la finalidad de los datos obtenidos, todo ello utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- c) Gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico, organizando los recursos y las acciones necesarias para la promoción, desarrollo y supervisión de los mismos.
- d) Evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico, tratando los datos de modo que sirvan en el planteamiento y retroalimentación de los programas.
- e) Programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en medio acuático, en función de las personas participantes, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando los sistemas de entrenamiento más apropiados.
- f) Programar el acondicionamiento físico con soporte musical, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología de actividades coreografiadas más apropiada.
- g) Programar las actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología más apropiada.
- h) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones.
- i) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones o actividades.
- j) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y las fases de las sesiones o actividades.



- k) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.
- l) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico con soporte musical, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.
- m) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional e hidrocinesia, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.
- n) Coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y programas de acondicionamiento físico, organizándolos en función de las actividades.
- ñ) Proporcionar la atención básica a los participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades, aplicando los primeros auxilios.
- o) Adaptarse a las nuevas situaciones laborales, manteniendo actualizados los conocimientos científicos, técnicos y tecnológicos relativos a su entorno profesional, gestionando su formación y los recursos existentes en el aprendizaje a lo largo de la vida y utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- p) Resolver situaciones, problemas o contingencias con iniciativa y autonomía en el ámbito de su competencia, con creatividad, innovación y espíritu de mejora en el trabajo personal y en el de los miembros del equipo.
- q) Organizar y coordinar equipos de trabajo con responsabilidad, supervisando el desarrollo del mismo, manteniendo relaciones fluidas y asumiendo el liderazgo, así como aportando soluciones a los conflictos grupales que se presenten.
- r) Comunicarse con sus iguales, superiores, clientes y personas bajo su responsabilidad, utilizando vías eficaces de comunicación, transmitiendo la información o conocimientos adecuados y respetando la autonomía y competencia de las personas que intervienen en el ámbito de su trabajo.
- s) Generar entornos seguros en el desarrollo de su trabajo y el de su equipo, supervisando y aplicando los procedimientos de prevención de riesgos laborales y ambientales, de acuerdo con lo establecido por la normativa y los objetivos de la empresa.
- t) Supervisar y aplicar procedimientos de gestión de calidad, de accesibilidad universal y de "diseño para todas las personas", en las actividades profesionales incluidas en los procesos de producción o prestación de servicios.
- u) Realizar la gestión básica para la creación y funcionamiento de una pequeña empresa y tener iniciativa en su actividad profesional con sentido de la responsabilidad social.
- v) Ejercer sus derechos y cumplir con las obligaciones derivadas de su actividad profesional, de acuerdo con lo establecido en la legislación vigente, participando activamente en la vida económica, social y cultural.

**Artículo 6. Relación de cualificaciones y unidades de competencia del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales incluidas en el título.**

**Cualificaciones profesionales completas:**

- a) Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente AFD097\_3 (Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, por el que se establecen determinadas cualificaciones profesionales que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales, así como sus correspondientes módulos formativos que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional), que comprende las siguientes unidades de competencia:

UC0273_3:	Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
UC0274_3:	Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.
UC0275_3:	Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de Salas de Entrenamiento Polivalente (SEP).
UC0272_2:	Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

- b) Acondicionamiento Físico en grupo con soporte musical AFD162\_3 (Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, por el que se establecen nuevas cualificaciones profesionales, que se incluyen en el Catálogo nacional de cualificaciones profesionales,



así como sus correspondientes módulos formativos, que se incorporan al Catálogo modular de formación profesional, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas por el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero y, modificada por el Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre, por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de cuatro cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas), que comprende las siguientes unidades de competencia:

- UC0273\_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
- UC0515\_3: Diseñar y ejecutar coreografías con los elementos propios del aeróbic, sus variantes y actividades afines.
- UC0516\_3: Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- UC0272\_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

- c) Fitness acuático e hidrocinesia AFD511\_3 (Real Decreto 146/2011, de 4 de febrero, por el que se complementa el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, mediante el establecimiento de doce cualificaciones profesionales de la Familia Profesional Actividades Físicas y Deportivas, y se actualizan determinadas cualificaciones profesionales de las establecidas en el Real Decreto 295/2004, de 20 de febrero, en el Real Decreto 1087/2005, de 16 de septiembre, y en el Real Decreto 1521/2007, de 16 de noviembre), que comprende las siguientes unidades de competencia:

- UC0273\_3: Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.
- UC1663\_3: Diseñar y ejecutar habilidades y secuencias de fitness acuático.
- UC1664\_3: Programar, dirigir y dinamizar actividades de fitness acuático.
- UC1665\_3: Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia.
- UC0272\_2: Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.

**Artículo 7. Entorno profesional en el que el profesional va a ejercer su actividad.**

1. Las personas que obtienen este título ejercen su actividad tanto en el ámbito público, ya sea Administración General del Estado o en las administraciones autonómicas o locales, como en entidades de carácter privado, en gimnasios, empresas de servicios deportivos, patronatos deportivos o entidades deportivas municipales, clubes o asociaciones deportivas, clubes o asociaciones de carácter social, empresas turísticas (hoteles, camping y balnearios, entre otros), grandes empresas con servicios deportivos para sus empleados, centros geriátricos o de carácter social, federaciones deportivas u organismos públicos de deportes (diputaciones y direcciones generales de deporte, entre otros).

Los sectores productivos de inserción profesional son el sector del acondicionamiento físico, tanto en su vertiente de fitness, como la de wellness y el del deporte.

2. Las ocupaciones y puestos de trabajo más relevantes son los siguientes:

- a) Entrenador/a de acondicionamiento físico en las salas de entrenamiento polivalente de gimnasios o polideportivos y en instalaciones acuáticas.
- b) Entrenador/a de acondicionamiento físico para grupos con soporte musical en gimnasios, instalaciones acuáticas o en polideportivos.
- c) Entrenador/a personal.
- d) Instructor/a de grupos de hidrocinesia y cuidado corporal.
- e) Promotor/a de actividades de acondicionamiento físico.
- f) Animador de actividades de acondicionamiento físico.
- g) Coordinador/a de actividades de acondicionamiento físico y de hidrocinesia.
- h) Monitor/a de aeróbic, de step, de ciclo indoor, de fitness acuático y actividades afines.
- i) Instructor/a de las actividades de acondicionamiento físico para colectivos especiales.



#### Artículo 8. *Prospectiva del título en el sector o sectores.*

La Administración educativa aragonesa ha tenido en cuenta, al desarrollar este currículo, las siguientes consideraciones:

- a) El perfil profesional de este título, dentro del sector terciario, define un profesional polivalente capacitado para ejercer su actividad profesional en el ámbito de la actividad física saludable, respondiendo tanto a las necesidades de la población, como a los cambios en el mercado del sector del fitness.

Desde las administraciones públicas se analizan los efectos del sedentarismo, tanto desde el punto de vista económico como de descenso en la calidad de vida y la salud, y se proponen líneas de actuación desde la Unión Europea y desde los diferentes Estados, para promocionar la actividad física como una de las herramientas que pueden paliar esos efectos y mejorar la salud y calidad de vida de la ciudadanía.

Actualmente la tendencia en la práctica de actividad físico-deportiva en nuestra sociedad tiene que ver con una práctica no competitiva y con un marcado interés por el cuidado del propio cuerpo, tal y como recoge el libro blanco sobre el deporte de la Comisión Europea y las sucesivas encuestas de hábitos deportivos de la población española.

En el contexto europeo, contamos con el eurobarómetro especial 334 acerca del deporte y la actividad física en los 27 estados de la Unión Europea, publicado en marzo de 2010. En él se indica que un 61% de las personas que practican deporte o actividad física tienen como principal motivación la de mejorar su salud, seguida de la de estar en forma. Los datos que se publican en ese documento correspondientes a España son también del 61% en el caso de la finalidad de mejorar la salud y del 29% en el caso de estar en mejor forma.

En el contexto español, disponemos del avance de datos de la última encuesta de hábitos deportivos de la población española, realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (2010). En este avance se indica que ha disminuido el tipo de práctica deportiva competitiva y ha aumentado la recreativa o con fines de salud, mientras la gimnasia de mantenimiento en centro deportivo o en piscina pasa a ocupar el primer lugar como deporte más practicado. Este tipo de actividades tiene que ver directamente con el proceso de acondicionamiento físico que se incluye en el perfil de este título.

- b) La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda un mínimo de treinta minutos diarios de actividad física moderada para adultos y de sesenta minutos para niños (que incluye el deporte, pero no se limita a él).

El cumplimiento de esta recomendación implicaría la intervención de un gran número de profesionales que tengan acreditadas las competencias que les permitan desarrollar las funciones de planificación, organización, realización y evaluación de las actividades de acondicionamiento físico dirigidas a distintos tipos de población y en diferentes entornos de práctica, respetando en todo el proceso los márgenes de la salud.

De hecho, desde la EHFA (European Health & Fitness Association) en el mes de marzo de 2010 se publicaron los siguientes datos: la salud en Europa y el sector fitness genera 22 mil millones de euros en ingresos, da empleo a 370.000 personas y sirve a 40 millones de ciudadanos en materia de salud en centros públicos y privados y gimnasios en toda Europa.

Tanto la recomendación de la OMS como los datos económicos parecen avalar la propuesta de este título.

- c) Las características del mercado de trabajo, la movilidad laboral, los movimientos entre sectores y subsectores obligan a formar profesionales polivalentes, capaces de adaptarse a las nuevas situaciones socioeconómicas, laborales y organizativas.

La garantía de contar con profesionales que den satisfacción a estas necesidades es uno de los compromisos de este título, tal y como se recoge en el perfil del mismo. Por todo ello, se considera muy oportuno el desarrollo de este nuevo título.

### CAPÍTULO III

#### Enseñanzas del ciclo formativo

#### Artículo 9. *Objetivos generales.*

Los objetivos generales de este ciclo formativo son los siguientes:

- a) Relacionar de forma coherente los diferentes elementos y factores de un proyecto de acondicionamiento físico, justificando la congruencia entre ellos para elaborar planes de acondicionamiento físico.



- b) Proponer actuaciones en el ámbito del acondicionamiento físico vinculadas con la salud y la calidad de vida de la ciudadanía, caracterizando los colectivos destinatarios e incorporando los avances del sector para elaborar planes de acondicionamiento físico.
- c) Determinar los instrumentos y la secuencia de aplicación en la evaluación de los planes de acondicionamiento físico, utilizando las tecnologías de la información y la comunicación en el tratamiento de las variables para desarrollar y registrar el plan de evaluación.
- d) Secuenciar las actuaciones que deben realizarse en la puesta en marcha de un proyecto, organizando los recursos necesarios y su forma de obtención para gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico.
- e) Aplicar técnicas e instrumentos de evaluación, relacionándolos con el tipo de datos que se pretende obtener para evaluar la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico.
- f) Establecer los elementos de la programación, los recursos y los sistemas de entrenamiento, relacionándolos con las características de las personas potencialmente participantes, para programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- g) Establecer los elementos de la programación, los recursos y la metodología específica, relacionándolos con las características de los potenciales colectivos implicados, para programar el acondicionamiento físico con soporte musical.
- h) Establecer los elementos de la programación, los recursos y la metodología específica, relacionándolos con las características de las personas potencialmente participantes, para programar las actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia.
- i) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- j) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- k) Diseñar coreografías con soporte musical, teniendo en cuenta las características de los grupos y de los medios disponibles para diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- l) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de control postural, bienestar, mantenimiento funcional e hidrocinesia.
- m) Aplicar la metodología más adecuada, detectando los errores de ejecución y corrigiendo movimientos o posturas erróneas, para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- n) Aplicar la metodología más adecuada, detectando los errores de ejecución y corrigiendo movimientos o posturas erróneas para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico con soporte musical.
- ñ) Aplicar la metodología más adecuada corrigiendo movimientos o posturas erróneas y teniendo como referente el modelo biomecánico para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional e hidrocinesia.
- o) Determinar las intervenciones de los miembros de un equipo de trabajo, analizando las funciones de los mismos y los requerimientos de las actividades, para coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y los programas de acondicionamiento físico.
- p) Aplicar procedimientos de intervención y administración de primeros auxilios en caso de accidente, utilizando los protocolos establecidos para proporcionar la atención básica a las personas participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades.
- q) Analizar y utilizar los recursos y oportunidades de aprendizaje relacionados con la evolución científica, tecnológica y organizativa del sector y las tecnologías de la información y la comunicación, para mantener el espíritu de actualización y adaptarse a nuevas situaciones laborales y personales.



- r) Desarrollar la creatividad y el espíritu de innovación para responder a los retos que se presentan en los procesos y en la organización del trabajo y de la vida personal.
- s) Tomar decisiones de forma fundamentada, analizando las variables implicadas, integrando saberes de distinto ámbito y aceptando los riesgos y la posibilidad de equivocación en las mismas, para afrontar y resolver distintas situaciones, problemas o contingencias.
- t) Desarrollar técnicas de liderazgo, motivación, supervisión y comunicación en contextos de trabajo en grupo, para facilitar la organización y coordinación de equipos de trabajo.
- u) Aplicar estrategias y técnicas de comunicación, adaptándose a los contenidos que se van a transmitir, a la finalidad y a las características de los receptores, para asegurar la eficacia en los procesos de comunicación.
- v) Evaluar situaciones de prevención de riesgos laborales y de protección ambiental, proponiendo y aplicando medidas de prevención personales y colectivas, de acuerdo con la normativa aplicable en los procesos de trabajo, para garantizar entornos seguros.
- w) Identificar y proponer las acciones profesionales necesarias, para dar respuesta a la accesibilidad universal y al "diseño para todas las personas".
- x) Identificar y aplicar parámetros de calidad en los trabajos y actividades realizados en el proceso de aprendizaje, para valorar la cultura de la evaluación y de la calidad y ser capaces de supervisar y mejorar procedimientos de gestión de calidad.
- y) Utilizar procedimientos relacionados con la cultura emprendedora, empresarial y de iniciativa profesional, para realizar la gestión básica de una pequeña empresa o emprender un trabajo.
- z) Reconocer sus derechos y deberes como agente activo en la sociedad, teniendo en cuenta el marco legal que regula las condiciones sociales y laborales, para participar como ciudadano democrático.

#### Artículo 10. Módulos profesionales.

1. Los módulos profesionales de este ciclo formativo, desarrollados en el anexo I de la presente orden, son los que a continuación se relacionan:

0017.	Habilidades sociales.
1136.	Valoración de la condición física e intervención en accidentes.
1148.	Fitness en sala de entrenamiento polivalente.
1149.	Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
1150.	Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.
1151.	Acondicionamiento físico en el agua.
1152.	Técnicas de hidrocinesia.
1153.	Control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
A139.	Didáctica aplicada al acondicionamiento físico
1154.	Proyecto de acondicionamiento físico.
1155.	Formación y orientación laboral.
1156.	Empresa e iniciativa emprendedora.
A140.	Lengua extranjera profesional: inglés 1
A141.	Lengua extranjera profesional: inglés 2
1157.	Formación en centros de trabajo.

2. La distribución horaria de los módulos profesionales anteriores, será la indicada en el anexo VII de esta orden.

#### Artículo 11. Espacios formativos y equipamientos mínimos.

1. Los espacios formativos necesarios para el desarrollo de las enseñanzas de este ciclo formativo son los establecidos en el anexo II de la presente orden.

2. Los espacios dispondrán de la superficie necesaria y suficiente para desarrollar las actividades de enseñanza que se deriven de los resultados de aprendizaje de cada uno de los módulos profesionales que se imparten en cada uno de los espacios. Además, deberán cumplir las siguientes condiciones:



- a) La superficie se establecerá en función del número de personas que ocupen el espacio formativo y deberá permitir el desarrollo de las actividades de enseñanza aprendizaje con la ergonomía y la movilidad requeridas dentro del mismo.
  - b) Deberán cubrir la necesidad espacial de mobiliario, equipamiento e instrumentos auxiliares de trabajo.
  - c) Deberán respetar los espacios o superficies de seguridad que exijan las máquinas y equipos en funcionamiento.
  - d) Respetarán la normativa sobre prevención de riesgos laborales, la normativa sobre seguridad y salud en el puesto de trabajo y cuantas otras normas sean de aplicación.
3. Los espacios formativos establecidos podrán ser ocupados por diferentes grupos que cursen el mismo u otros ciclos formativos, o etapas educativas.
4. Los diversos espacios formativos identificados no deben diferenciarse necesariamente mediante cerramientos.
5. Los equipamientos que se incluyen en cada espacio han de ser los necesarios y suficientes para garantizar al alumnado la adquisición de los resultados de aprendizaje y la calidad de la enseñanza. Además, deberán cumplir las siguientes condiciones:
- a) El equipamiento (equipos, máquinas, etc.) dispondrá de la instalación necesaria para su correcto funcionamiento, cumplirá con las normas de seguridad y prevención de riesgos y con cuantas otras sean de aplicación.
  - b) La cantidad y características del equipamiento deberán estar en función del número de personas matriculadas y permitir la adquisición de los resultados de aprendizaje, teniendo en cuenta los criterios de evaluación y los contenidos que se incluyen en cada uno de los módulos profesionales que se impartan en los referidos espacios.
6. La relación de equipamientos, y sus características, se determinará mediante resolución de la Dirección General competente en materia de Formación Profesional.
7. Los espacios y equipamientos que deben reunir los centros de formación profesional para permitir el desarrollo de las actividades de enseñanza cumpliendo con la normativa sobre igualdad de oportunidades, diseño para todos y accesibilidad universal, sobre prevención de riesgos laborales, así como con la normativa sobre seguridad y salud en el puesto de trabajo.

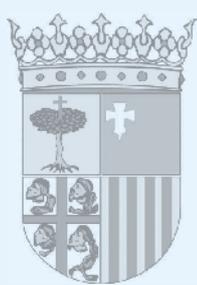
#### Artículo 12. *Profesorado.*

1. La atribución docente de los módulos profesionales que constituyen las enseñanzas de este ciclo formativo corresponde al profesorado del Cuerpo de Catedráticos de Enseñanza Secundaria, del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria y del Cuerpo de Profesores Técnicos de Formación Profesional, según proceda, de las especialidades establecidas en el anexo III A) de esta orden. Excepcionalmente, para determinados módulos se podrá incorporar, como profesores especialistas, atendiendo a su cualificación y a las necesidades del sistema educativo, a profesionales, no necesariamente titulados, que desarrollen su actividad en el ámbito laboral. Dicha incorporación se realizará en régimen laboral o administrativo, de acuerdo con la normativa que resulte de aplicación.

2. Las titulaciones requeridas al profesorado de los cuerpos docentes son, con carácter general, las establecidas en el artículo 13 del Real Decreto 276/2007, de 23 de febrero, por el que se aprueba el Reglamento de ingreso, accesos y adquisiciones de nuevas especialidades en los cuerpos docentes a los que se refiere la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, en su redacción dada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, y se regula el régimen transitorio de ingreso a que se refiere la disposición transitoria decimoséptima de la citada ley. Las titulaciones equivalentes, a efectos de docencia, a las anteriores para las distintas especialidades del profesorado son las recogidas en el anexo III B) de esta orden.

3. Con objeto de garantizar el cumplimiento del artículo 12.3 del Real Decreto 651/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en acondicionamiento físico y se fijan los aspectos básicos del currículo, para la impartición de los módulos profesionales que lo conforman, se deberá acreditar que se cumple con todos los requisitos establecidos en el citado artículo, aportando la siguiente documentación:

- a) Fotocopia compulsada del título académico oficial exigido, de conformidad a las titulaciones incluidas en el anexo III C) de la presente orden. Cuando la titulación presentada esté vinculada con el módulo profesional que se desea impartir se considerará que engloba en sí misma los objetivos de dicho módulo. En caso contrario, además de la titulación se aportarán los documentos indicados en el apartado b) o c).
- b) En el caso de que se desee justificar que las enseñanzas conducentes a la titulación aportada engloban los objetivos de los módulos profesionales que se pretende impartir:



- 1.º Certificación académica personal de los estudios realizados, original o fotocopia compulsada, expedida por un centro oficial, en la que consten las enseñanzas cursadas detallando las asignaturas.
  - 2.º Programas de los estudios aportados y cursados por el interesado, original o fotocopia compulsada de los mismos, sellados por la propia Universidad o Centro docente oficial o autorizado correspondiente.
- c) En el caso de que se desee justificar mediante la experiencia laboral de que, al menos tres años, ha desarrollado su actividad en el sector vinculado a la familia profesional, su duración se acreditará mediante el documento oficial justificativo correspondiente al que se le añadirá:
- 1.º Certificación de la empresa u organismo empleador en la que conste específicamente la actividad desarrollada por el interesado. Esta actividad ha de estar relacionada implícitamente con los resultados de aprendizaje del módulo profesional que se pretende impartir.
  - 2.º En el caso de trabajadores por cuenta propia, declaración del interesado de las actividades más representativas relacionadas con los resultados de aprendizaje.
4. Las Direcciones Generales competentes en materia de gestión de personal docente y/o en materia de centros docentes privados concretarán la relación de titulaciones vinculadas para impartir los diferentes módulos profesionales de acuerdo a lo establecido en este artículo.
5. No obstante, la relación de especialidades y titulaciones relacionadas en los anexos referidos en este artículo estará sujeta a las modificaciones derivadas de la normativa del Estado.

*Artículo 13. Promoción en el ciclo formativo.*

No se establecen módulos profesionales que es necesario haber superado para cursar otros módulos profesionales del Ciclo Formativo.

*Artículo 14. Módulo profesional de Formación en Centros de Trabajo.*

1. Este módulo se cursará con carácter general una vez alcanzada la evaluación positiva en todos los módulos profesionales realizados en el centro educativo. Excepcionalmente, se podrá realizar previamente en función del tipo de oferta, de las características propias del ciclo formativo y de la disponibilidad de puestos formativos en las empresas.

2. De conformidad con el artículo 9.4 de la Orden de 29 de mayo de 2008, por la que se establece la estructura básica de los currículos de los ciclos formativos de formación profesional y su aplicación en la Comunidad Autónoma de Aragón y respecto a las excepciones enumeradas en el apartado anterior, para la realización del módulo de formación en centros de trabajo deberán haberse superado, al menos, los módulos profesionales establecidos en el primer curso del ciclo formativo.

#### CAPÍTULO IV

### **Accesos y vinculación a otros estudios, y correspondencia de módulos profesionales con las unidades de competencia**

*Artículo 15. Acceso a otros estudios.*

1. El título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico permite el acceso directo para cursar cualquier otro ciclo formativo de grado superior, en las condiciones de admisión que se establezcan.

2. El título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico permite el acceso directo a las enseñanzas conducentes a los títulos universitarios de grado en las condiciones de admisión que se establezcan.

*Artículo 16. Preferencias para el acceso a este ciclo formativo en relación con las modalidades y materias de Bachillerato cursadas.*

En la admisión a los ciclos formativos de grado superior, cuando no existan plazas suficientes en el centro solicitado, se tendrá en cuenta la nota media del expediente académico de la titulación que les da acceso o la nota final de las pruebas de acceso. La valoración del expediente académico estará referida cualquier modalidad de bachillerato.

*Artículo 17. Convalidaciones y exenciones.*

1. Quienes hubieran superado el módulo profesional de Formación y orientación laboral o el módulo profesional de Empresa e iniciativa emprendedora en cualquiera de los ciclos for-



mativos correspondientes a los títulos establecidos al amparo de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, tendrán convalidados dichos módulos en cualquier otro ciclo formativo establecido al amparo de la misma ley.

2. Quienes hayan obtenido la acreditación de todas las unidades de competencia incluidas en el título, mediante el procedimiento establecido en el Real Decreto 1224/2009, de 17 de julio, de reconocimiento de las competencias profesionales adquiridas por experiencia laboral, podrán convalidar el módulo profesional de Formación y orientación laboral siempre que:

- a) Acrediten, al menos, un año de experiencia laboral.
- b) Estén en posesión de la acreditación de la formación establecida para el desempeño de las funciones de nivel básico de la actividad preventiva, expedida de acuerdo con lo dispuesto en el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

3. De acuerdo con lo establecido en el artículo 39 del Real Decreto 1147/2011, de 29 de julio, podrá determinarse la exención total o parcial del módulo profesional de Formación en centros de trabajo por su correspondencia con la experiencia laboral, siempre que se acredite una experiencia relacionada con este ciclo formativo en los términos previstos en dicho artículo.

4. Los módulos profesionales A140. Lengua extranjera profesional: inglés 1 y A141. Lengua extranjera profesional: inglés 2, propios de la Comunidad Autónoma de Aragón, podrán ser objeto de convalidación con el módulo de igual denominación incluido en el currículo de cualquiera de los títulos de los ciclos formativos de grado superior o de grado medio establecidos al amparo de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. También se convalidarán siempre que, se acredite la posesión del nivel intermedio o avanzado de acuerdo con lo establecido en la Orden de 11 de noviembre de 2014, de la Consejera de Educación, Universidad, Cultura y Deporte, por la que se regula el reconocimiento de la acreditación de la competencia lingüística conforme al Marco Común Europeo de Referencia para las lenguas en la Comunidad Autónoma de Aragón.

**Artículo 18. Correspondencia de los módulos profesionales con las unidades de competencia para su acreditación, convalidación o exención.**

1. La correspondencia de las unidades de competencia con los módulos profesionales que forman las enseñanzas del título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico para su convalidación o exención queda determinada en el anexo V A) de esta orden.

2. La correspondencia de los módulos profesionales que forman las enseñanzas del título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico con las unidades de competencia para su acreditación, queda determinada en el anexo V B) de esta orden.

**Disposición adicional primera. Accesibilidad universal en las enseñanzas de este título.**

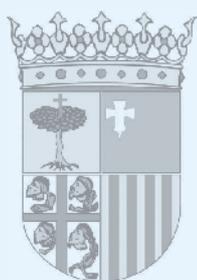
El currículo del ciclo formativo regulado en esta orden se desarrollará en las programaciones didácticas potenciando o creando la cultura de prevención de riesgos laborales en los espacios donde se impartan los diferentes módulos profesionales, así como promoviendo una cultura de respeto ambiental, la excelencia en el trabajo, el cumplimiento de normas de calidad, la creatividad, la innovación, la igualdad de géneros y el respeto a la igualdad de oportunidades, el diseño para todos y la accesibilidad universal, especialmente en relación con las personas con discapacidad.

**Disposición adicional segunda. Oferta a distancia del presente título.**

Los módulos profesionales que forman las enseñanzas de este ciclo formativo podrán ofertarse a distancia, siempre que se garantice que el alumnado pueda conseguir los resultados de aprendizaje de los mismos, de acuerdo con lo dispuesto en la presente orden. Para ello, la Administración educativa adoptará las medidas que estimen necesarias, y dictará las instrucciones precisas.

**Disposición adicional tercera. Titulaciones equivalentes y vinculación con capacitaciones profesionales.**

1. Según recoge la disposición adicional tercera del Real Decreto 651/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico, la formación establecida en el currículo del módulo profesional de Formación y orientación laboral capacita para llevar a cabo responsabilidades profesionales equivalentes a las que precisan las actividades de nivel básico en prevención de riesgos laborales, establecidas en el



Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

2. Según recoge la disposición adicional tercera del Real Decreto 651/2017, de 23 de junio, por el que se establece el título de Técnico Superior en Acondicionamiento físico, la formación establecida en el currículo de esta orden en sus diferentes módulos profesionales, incluye los contenidos que forman parte de los programas para la formación de socorrista en instalaciones acuáticas y cuyo ejercicio profesional está regulado en las diferentes Comunidades Autónomas.

Disposición adicional cuarta. *Proyecto curricular y programaciones didácticas.*

Los centros educativos dispondrán de un período de dos cursos escolares para elaborar el proyecto curricular del ciclo formativo y adecuar las programaciones didácticas a lo dispuesto en esta orden.

Disposición adicional quinta. *Implantación del nuevo currículo.*

Este currículo se aplicará en la Comunidad Autónoma de Aragón a partir del curso escolar 2018-2019, en todos los centros docentes autorizados para su impartición y de acuerdo al siguiente calendario:

- a) En el curso 2018-2019, se implantará el currículo de los módulos profesionales del primer curso del ciclo formativo.
- b) En el curso 2019-2020, se implantará el currículo de los módulos profesionales del segundo curso del ciclo formativo.

Disposición final primera. *Habilitación para la ejecución.*

Se faculta a la Dirección General competente en materia de Formación Profesional a dictar los actos o resoluciones de ejecución necesarios para la aplicación de la presente orden.

Disposición final segunda. *Utilización del género gramatical no marcado.*

Todas las referencias para las que en esta orden se utiliza la forma de masculino genérico, deben entenderse aplicables, indistintamente, a mujeres y hombres.

Disposición final tercera. *Entrada en vigor.*

La presente orden entrará en vigor el día siguiente al de su publicación en el "Boletín Oficial de Aragón".

Zaragoza, 31 de julio de 2018.

**La Consejera de Educación, Cultura y Deporte,  
MARÍA TERESA PÉREZ ESTEBAN**



ANEXO I  
Módulos Profesionales

**Módulo Profesional: Habilidades sociales.**  
**Equivalencia en créditos ECTS: 6**  
**Código: 0017.**  
**Duración: 126 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Implementa estrategias y técnicas para favorecer la comunicación y relación social con su entorno, relacionándolas con los principios de la inteligencia emocional y social.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito los principios de la inteligencia emocional y social.
- b) Se ha valorado la importancia de las habilidades sociales en el desempeño de la labor profesional.
- c) Se han caracterizado las distintas etapas de un proceso comunicativo
- d) Se han identificado los diferentes estilos de comunicación, sus ventajas y limitaciones.
- e) Se ha valorado la importancia del uso de la comunicación tanto verbal como no verbal en las relaciones interpersonales.
- f) Se ha establecido una eficaz comunicación para asignar tareas, recibir instrucciones e intercambiar ideas o información.
- g) Se han utilizado las habilidades sociales adecuadas a la situación y atendiendo a la diversidad cultural.
- h) Se ha demostrado interés por no juzgar a las personas y respetar sus elementos diferenciadores personales: emociones, sentimientos, personalidad.
- i) Se ha demostrado una actitud positiva hacia el cambio y a aprender de todo lo que sucede.
- j) Se ha valorado la importancia de la autocrítica y la autoevaluación en el desarrollo de habilidades de relación interpersonal y de comunicación adecuadas.

2. Dinamiza el trabajo del grupo, aplicando las técnicas adecuadas y justificando su selección en función de las características, situación y objetivos del grupo.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito los elementos fundamentales de un grupo, su estructura y dinámica, así como los factores que pueden modificarlas.
- b) Se han analizado y seleccionado las diferentes técnicas de dinamización y funcionamiento de grupos.
- c) Se han explicado las ventajas del trabajo en equipo frente al individual.
- d) Se han diferenciado los diversos roles que pueden darse en un grupo y las relaciones entre ellos.
- e) Se han identificado las principales barreras de comunicación grupal.
- f) Se han planteado diferentes estrategias de actuación para aprovechar la función de liderazgo y los roles en la estructura y funcionamiento del grupo.
- g) Se ha definido el reparto de tareas como procedimiento para el trabajo grupo.



- h) Se ha valorado la importancia de una actitud tolerante y de empatía para conseguir la confianza del grupo.
  - i) Se ha logrado un ambiente de trabajo relajado y cooperativo.
  - j) Se han respetado las opiniones diferentes a la propia y los acuerdos de grupo.
3. Conduce reuniones analizando las distintas formas o estilos de intervención y de organización en función de las características de los destinatarios y el contexto.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito los diferentes tipos y funciones de las reuniones.
  - b) Se han descrito las etapas del desarrollo de una reunión.
  - c) Se han aplicado técnicas de moderación de reuniones, justificándolas.
  - d) Se ha demostrado la importancia de la capacidad de exponer ideas de manera clara y concisa.
  - e) Se han descrito los factores de riesgo, los sabotajes posibles de una reunión, justificando las estrategias de resolución.
  - f) Se ha valorado la necesidad de una buena y diversa información en la convocatoria de reuniones.
  - g) Se ha descrito la importancia de la motivación y de las estrategias empleadas, para conseguir la participación en las reuniones.
  - h) Se han aplicado técnicas de recogida de información y evaluación de resultados de una reunión.
  - i) Se han demostrado actitudes de respeto y tolerancia en la conducción de reuniones.
4. Implementa estrategias de gestión de conflictos y resolución de problemas seleccionándolas en función de las características del contexto y analizando los diferentes modelos.

Criterios de evaluación:

- a) Se han analizado e identificado las principales fuentes de los problemas y conflictos grupales.
  - b) Se han descrito las principales técnicas y estrategias para la gestión de conflictos.
  - c) Se han identificado y descrito las estrategias más adecuadas para la búsqueda de soluciones y resolución de problemas.
  - d) Se han descrito las diferentes fases del proceso de toma de decisiones.
  - e) Se han resuelto problemas y conflictos aplicando los procedimientos adecuados a cada caso.
  - f) Se han respetado las opiniones de los demás respecto a las posibles vías de solución de problemas y conflictos.
  - g) Se han aplicado correctamente técnicas de mediación y negociación.
  - h) Se ha tenido en cuenta a las personas (usuarios), sea cual sea su edad o condición física y mental, en el proceso de toma de decisiones.
  - i) Se ha planificado la tarea de toma de decisiones y la autoevaluación del proceso.
  - j) Se ha valorado la importancia del intercambio comunicativo en la toma de decisiones.
5. Evalúa los procesos de grupo y la propia competencia social para el desarrollo de sus funciones profesionales, identificando los aspectos susceptibles de mejora.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han seleccionado los indicadores de evaluación.
- b) Se han aplicado técnicas de investigación social y sociométricas.
- c) Se ha autoevaluado la situación personal y social de partida del profesional.
- d) Se han diseñado instrumentos de recogida de información.
- e) Se han registrado los datos en soportes establecidos.
- f) Se ha interpretado los datos recogidos.
- g) Se han identificado las situaciones que necesiten mejorar.
- h) Se han marcado las pautas a seguir en la mejora.
- i) Se ha realizado una autoevaluación final del proceso trabajado por el profesional.

**Contenidos:**

Implementación de estrategias y técnicas que favorezcan la relación social y la comunicación.

- Habilidades sociales y conceptos afines.
- Análisis de la relación entre comunicación y calidad de vida en los ámbitos de intervención.
- El proceso de comunicación. La comunicación verbal y no verbal.
- Valoración comunicativa del contexto: facilitadores y obstáculos en la comunicación.
- Valoración de la importancia de las actitudes en la relación de ayuda.
- La inteligencia emocional. La educación emocional. Las emociones y los sentimientos.
- Los mecanismos de defensa.
- Programas y técnicas de comunicación y habilidades sociales.

Dinamización del trabajo en grupo.

- El grupo. Tipos y características. Desarrollo grupal.
- Análisis de la estructura y procesos de grupos.
- Técnicas para el análisis de los grupos.
- Valoración de la importancia de la comunicación en el desarrollo del grupo.
- La comunicación en los grupos. Estilos de comunicación. Comunicación verbal y gestual. Otros lenguajes: icónico, audiovisual, las TICs. Obstáculos y barreras. Cooperación y competencia en los grupos.
- Dinámicas de grupo. Fundamentos psicossociológicos aplicados a las dinámicas de grupo.
- El equipo de trabajo. Estrategias de trabajo cooperativo. Organización y el reparto de tareas.
- El trabajo individual y el trabajo en grupo.
- La confianza en el grupo.
- Valoración del papel de la motivación en la dinámica grupal.
- Toma de conciencia acerca de la importancia de respetar las opiniones no coincidentes con la propia.

Conducción de reuniones.

- La reunión como trabajo en grupo.
- Tipos de reuniones y funciones.



- Etapas en el desarrollo de una reunión.
- Técnicas de moderación de reuniones.
- Identificación de la tipología de participantes en una reunión.
- Análisis de factores que afectan al comportamiento de un grupo: boicoteadores, colaboradores.

Implementación de estrategias de gestión de conflictos y toma de decisiones.

- Valoración del conflicto en las dinámicas grupales.
- Análisis de técnicas de resolución de problemas.
- El proceso de toma de decisiones.
- Gestión de conflictos grupales. Negociación y mediación.
- Aplicación de las estrategias de resolución de conflictos grupales.
- Valoración del papel del respeto y la tolerancia en la resolución de problemas y conflictos.

Evaluación de la competencia social y los procesos de grupo.

- Recogida de datos. Técnicas.
- Evaluación de la competencia social.
- Evaluación de la estructura y procesos grupales.
- Aplicación de las técnicas de investigación social al trabajo con grupos.
- Análisis de estrategias e instrumentos para el estudio de grupos.
- Sociometría básica.
- Valoración de la autoevaluación como estrategia para la mejora de la competencia social.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para que el alumno adquiera las habilidades sociales necesarias para desarrollar una profesión de ayuda e interactuar adecuadamente en sus relaciones profesionales con otras personas, adaptando su comportamiento a las características de las mismas y del contexto.

Se trata de un módulo eminentemente procedimental y actitudinal en el que se da respuesta a la función de intervención/ejecución y evaluación de la competencia social del profesional, tanto en lo relativo a las relaciones interpersonales como para la dinamización de grupos o la participación en ellos desempeñando diferentes roles. Asimismo, pretende dar respuesta a la función de gestión de conflictos.

La concreción de la función de intervención/ejecución incluye la recogida de información acerca de las habilidades sociales que se poseen o de las que se carece, la organización de la actuación y la previsión de contingencias, el establecimiento, en su caso, de ayudas técnicas para la comunicación, y la puesta en práctica de las habilidades sociales adquiridas.



Por su parte, la función de evaluación se refiere al control y seguimiento de la propia evolución en la adquisición de la competencia social necesaria para relacionarse adecuadamente con los demás en el desempeño de sus funciones.

Finalmente, la función de gestión de conflictos hace referencia a la puesta en marcha de todos los mecanismos disponibles para su solución y supone mediación y negociación.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales e), f), g), h), m), n), ñ) y o) del ciclo formativo, y las competencias d), e), f), g), k), l), m) y n) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- La selección e implementación de estrategias que permitan el establecimiento de relaciones de comunicación e interpersonales adecuadas, la dinamización y conducción de grupos, la gestión eficaz de los conflictos, la toma de decisiones.
- El trabajo en equipo: pequeño y gran grupo.
- La reflexión sobre las actitudes profesionales.
- La autoevaluación de la competencia social profesional.

**Módulo Profesional: Valoración de la condición física e intervención en accidentes.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 12.**

**Código: 1136.**

**Duración: 192 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Relaciona los niveles de intensidad del ejercicio físico con las adaptaciones fisiológicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, analizando el comportamiento de los mismos.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito los efectos de la práctica sistematizada de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- b) Se han argumentado las implicaciones que para la mejora de la calidad de vida tiene la práctica de actividades físicas.
- c) Se ha determinado la incidencia de hábitos de vida nocivos sobre el nivel de salud.
- d) Se ha identificado la fisiología de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación, indicando las interacciones entre las estructuras que los integran y su repercusión en el rendimiento físico.
- e) Se han descrito los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- f) Se han descrito, a nivel macroscópico, las estructuras anatómicas de los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación.
- g) Se han indicado los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de fatiga física.



2. Relaciona la mecánica de los ejercicios y actividades de acondicionamiento físico básico con la biomecánica y las adaptaciones fisiológicas del sistema músculo-esquelético, analizando su funcionamiento.

Criterios de evaluación:

- a) Se han relacionado los diferentes tipos de palancas con las articulaciones del cuerpo humano y con la participación muscular en los movimientos de las mismas.
  - b) Se han clasificado los principales movimientos articulares del cuerpo humano en función de los planos y ejes del espacio.
  - c) Se ha relacionado la acción de la gravedad y la localización de la carga con el tipo de contracción muscular que se produce en los ejercicios.
  - d) Se han adaptado ejercicios a diferentes niveles de desarrollo de la fuerza y de la amplitud de movimiento.
  - e) Se han definido los aspectos que hay que tener en cuenta durante la ejecución de los ejercicios y las posibles contraindicaciones.
  - f) Se han utilizado símbolos y esquemas gráficos para interpretar y representar movimientos y ejercicios tipo.
3. Elabora programas de acondicionamiento físico básico, aplicando los fundamentos de los distintos sistemas de mejora de las capacidades físicas básicas.

Criterios de evaluación:

- a) Se han relacionado los principios del entrenamiento deportivo con los mecanismos adaptativos del organismo al esfuerzo físico en los sistemas de mejora de la condición física.
  - b) Se han identificado los factores que hay que tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo- motrices.
  - c) Se han determinado las capacidades físicas que se deben desarrollar y los métodos más adecuados, en función de los datos de valoración.
  - d) Se ha establecido una secuencia de ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.
  - e) Se ha demostrado la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico básico y de los de mejora de las capacidades perceptivo-motrices.
  - f) Se han indicado los errores más frecuentes en la realización de los ejercicios tipo para el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
  - g) Se ha determinado el equipamiento y material tipo para el desarrollo de la condición física y motriz y sus posibles aplicaciones.
4. Realiza pruebas de determinación de la condición física y biológica, adecuadas a los parámetros que se van a evaluar, aplicando los protocolos de cada una de ellas en condiciones de seguridad.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha confeccionado una batería de pruebas de aptitud física y biológica adaptada a un perfil de persona usuaria y a los medios disponibles, teniendo en cuenta las condiciones en que cada una de ellas está contraindicada.
- b) Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.



- c) Se han suministrado las ayudas que requieren los diferentes perfiles de personas usuarias, especialmente en quienes tienen un menor grado de autonomía personal.
  - d) Se ha explicado y demostrado el modo correcto de realizar las pruebas y de utilizar los aparatos/instrumentos y equipos de medida de la condición física, indicando las normas de seguridad que se deben observar.
  - e) Se han identificado signos indicadores de riesgo antes y durante la ejecución de las pruebas de valoración cardiofuncional,
  - f) Se ha seguido el procedimiento de observación y de aplicación de cuestionarios para identificar las necesidades individuales, sociales y de calidad de vida de personas y grupos.
5. Interpreta los resultados de las pruebas de valoración de la condición física, registrando y analizando los datos en las fichas de control.

Criterios de evaluación:

- a) Se han seleccionado o adaptado fichas de control de los datos de valoración de las personas usuarias.
  - b) Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico-funcional y postural en las fichas de control.
  - c) Se han comparado los datos con baremos de referencia, destacando las desviaciones que puedan aconsejar la toma de medidas preventivas.
  - d) Se han elaborado informes a partir de los datos registrados en las fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos.
  - e) Se han establecido relaciones causa-efecto entre la actividad física realizada y los datos de sucesivos registros de pruebas de aptitud física y biológica de una misma persona usuaria.
6. Integra medidas complementarias en los programas de mejora de la condición física, valorando su repercusión en la mejora de la salud y la calidad de vida.

Criterios de evaluación:

- a) Se han seleccionado las técnicas que facilitan la recuperación tras los distintos tipos de esfuerzo físico.
  - b) Se ha establecido la proporción de nutrientes en función del tipo de esfuerzo físico.
  - c) Se ha calculado el balance energético entre ingesta y actividad física.
  - d) Se ha confeccionado una lista de hábitos dietéticos saludables.
  - e) Se han explicado el procedimiento y las medidas preventivas que hay que tener en cuenta en la aplicación de las medidas complementarias hidrotermales, indicando sus contraindicaciones totales o relativas.
  - f) Se han realizado las maniobras básicas de masaje de recuperación.
7. Realiza la valoración inicial de la asistencia en una urgencia, analizando los riesgos, los recursos disponibles y el tipo de ayuda necesaria.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha justificado la forma de asegurar la zona y las maniobras necesarias para acceder a la persona accidentada, proponiendo la mejor forma de acceso e identificando los posibles riesgos.



- b) Se han seguido las pautas de actuación según protocolo, para la valoración inicial de una persona accidentada.
- c) Se han identificado situaciones de riesgo vital y se han definido las actuaciones que conllevan.
- d) Se han discriminado los casos o las circunstancias en los que no se debe intervenir y las técnicas que no debe aplicar el primer interviniente de forma autónoma.
- e) Se han aplicado las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas.
- f) Se ha revisado el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos.
- g) Se han determinado las prioridades de actuación en función de la gravedad y el tipo de lesiones, y las técnicas de primeros auxilios que se deben aplicar.
- h) Se han identificado los factores que predisponen a la ansiedad en situaciones de accidente, emergencia y duelo.

8. Aplica técnicas de soporte vital y primeros auxilios, según los protocolos establecidos.

Criterios de evaluación:

- a) Se han aplicado técnicas de desobstrucción de la vía aérea.
- b) Se han aplicado técnicas de soporte vital según el protocolo establecido.
- c) Se han aplicado las técnicas básicas e instrumentales de reanimación cardiopulmonar sobre maniqués, inclusive utilizando equipo de oxigenoterapia y desfibrilador automático.
- d) Se han indicado las causas, los síntomas, las pautas de actuación y los aspectos preventivos en las lesiones, las patologías o los traumatismos más significativos, en función del medio en el que se desarrolla la actividad.
- e) Se han aplicado primeros auxilios ante simulación de patologías orgánicas de urgencia y de lesiones por agentes físicos, químicos y biológicos.
- f) Se han aplicado las estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes, en función de diferentes estados emocionales.
- g) Se han especificado las técnicas para controlar una situación de duelo, ansiedad y angustia o agresividad.

9. Aplica métodos de movilización e inmovilización que permiten la evacuación de la persona accidentada, si fuese necesario.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la importancia del autocontrol y de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la actuación.
- b) Se han especificado las técnicas para superar psicológicamente el fracaso en la prestación del auxilio.
- c) Se han identificado y aplicado los métodos básicos para efectuar el rescate de una persona accidentada.
- d) Se han aplicado los métodos de inmovilización aplicables cuando la persona accidentada ha tenido que ser trasladada.
- e) Se han confeccionado camillas y sistemas para la inmovilización y el transporte de personas enfermas o accidentadas, utilizando materiales convencionales e inespecíficos o medios de fortuna.

**Contenidos:**

Relación de la intensidad del ejercicio con los sistemas cardiorrespiratorio y de regulación:

- Actividad física y salud. Efectos de la actividad física sobre la salud. El estilo de vida. Concepto y tipos. Relación con el ejercicio físico: Concepto de salud según la O.M.S. Fitness y Wellness.
  - o Vertiente psicológica del concepto salud en acondicionamiento físico.
  - o Vertiente social del concepto salud en acondicionamiento físico.
  - o Vertiente orgánica del concepto salud en acondicionamiento físico. Salud percibida.
- Hábitos no saludables y conductas de riesgo para la salud: El sedentarismo. Desequilibrio energético: kilocalorías ingeridas / kilocalorías gastadas. El stress en la vida diaria. Drogodependencias (tabaquismo, alcoholismo, estupefacientes, otras).
- Contraindicaciones absolutas, relativas y/o temporales de la práctica de actividad física.
- Funciones orgánicas y adaptaciones al ejercicio físico:
  - o Metabolismo energético. Definición de metabolismo. Anabolismo. Catabolismo. Sistemas de producción de energía: Aeróbicos glicolíticos y lipolíticos; anaeróbicos alácticos y lácticos. Utilización de los sistemas en relación a la intensidad del ejercicio físico. Teoría del "Continuum energético" aplicación a diferentes deportes y puestos de deportistas (atacante, defensor, multiusos, portero, base, aleros, pivots, centrocampistas marcadores, destructores, etc.). Los productos de desecho en los procesos de obtención de energía para el ejercicio físico. La lactatemia como marcador de la intensidad. Umbral Anaeróbico y su aplicación en la programación del entrenamiento. El ciclo de Cori.
  - o Sistema cardiorrespiratorio. Funcionamiento y adaptaciones agudas y crónicas en diferentes tipos de ejercicio físico. Factores de la condición física relacionados con el funcionamiento del sistema cardiorrespiratorio. Factores limitantes del rendimiento dependientes del sistema cardiocirculatorio y del aparato respiratorio.
  - o Sistema de regulación. Función nerviosa y función hormonal en distintos tipos de ejercicio físico. Maduración hormonal e intensidad del ejercicio. El efecto "Rebote Insulínico".
- La fatiga. Tipos: fatiga aguda, fatiga crónica, fatiga muscular, fatiga ecológica. Mecanismos de fatiga: aspectos hormonales, inmunitarios y patológicos de la fatiga. Percepción de la fatiga y percepción de la recuperación. Síndrome de sobreentrenamiento ("Overtraining"): diagnóstico, prevención y tratamiento. Relación trabajo/descanso como factor en las adaptaciones fisiológicas. Importancia del control de los tiempos de recuperación dentro de la carga de trabajo.
- Sistemas de recuperación de la fatiga: naturales, farmacológicos, fisioterápicos, hidroterápicos. El equilibrio hídrico: rehidratación y ejercicio físico. Tipos de rehidratación: las bebidas isotónicas.
- Crioterapia y recuperación.
- Termorregulación y ejercicio físico, producción de energía calórica en el ejercicio (ecuación fundamental de la oxidación celular): mecanismos de regulación. La termorregulación en el medio acuático.



Relación de la mecánica del ejercicio con el sistema músculo-esquelético:

- Sistema músculo-esquelético:
  - o Anatomía del sistema osteoarticular y del sistema muscular. Características mecánicas y funcionales de las articulaciones.
  - o Cadenas musculares y fascias. El músculo: composición estructural, tipos, elementos pasivos y activos. Funciones del músculo (génesis de la tensión, agonista antagonista, sinergista, fijador, neutralizador, músculo primario y accesorio) y del tendón. Miología funcional: acciones articulares.
  - o Reflejos relacionados con el tono y los estiramientos: el reflejo miotático, el reflejo tendinoso.
  - o Adaptaciones agudas y crónicas del sistema músculo-esquelético a diferentes tipos de ejercicio físico. Hipertrofia, hiperplasia, tonificación, distensibilidad muscular y movilidad articular, velocidad de contracción, entre otros.
- Comportamiento mecánico del sistema músculo-esquelético:
  - o Descripción de la estructura macroscópica y microscópica del músculo esquelético. Bioquímica de la contracción muscular. Importancia del ATP y el calcio en la misma.
  - o Biomecánica de la postura y del movimiento. Tipos de contracción muscular y biomecánica de la contracción muscular. Coordinación agonista/antagonista. Importancia de la regulación neurológica en la motricidad. Músculos multifuncionales: el deltoides como ejemplo.
  - o Análisis de los movimientos. Ejes, planos, intervención muscular y grados de libertad fisiológicos en los movimientos articulares. Relación ejes planos y acciones motrices articulares. Sistemas de palancas en el aparato locomotor. Importancia del tamaño de los brazos de potencia y resistencia durante el rango angular del movimiento. Descripción y demostración de los movimientos.
  - o Sistema de representación de los movimientos. Nomenclatura y terminología. Usos de las tecnologías en la representación de movimientos.
- Construcción de ejercicios a partir de los movimientos. Factores de la condición física relacionados con:
  - o Ejercicios de fuerza. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Factores: postura global y segmentaria, acciones musculares y tipo de contracción durante las fases de ejecución, efecto de la acción de la gravedad sobre el tipo de contracción, ritmo, velocidad, amplitud y tipo de cargas.
  - o Ejercicios por parejas o en grupo. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Precauciones, localización, agarres y acciones externas.
  - o Ejercicios de amplitud de movimiento. Diseño y adaptación a diferentes niveles. Factores: rango de amplitud de las articulaciones en cada plano o eje, tipo de ejercicio, acciones musculares durante las fases de ejecución, tiempo de mantenimiento de posturas/posiciones, ritmo, velocidad y amplitud. Precauciones, localización, agarres y acciones externas. Consignas de interpretación de las sensaciones propioceptivas. Ejercicios por parejas o en grupos.

Elaboración de programas de acondicionamiento físico básico:



- La evaluación inicial como base de una programación. Batería EUROFIT. Batería AFISAL INEFC. Test de Carmelo BOSCO.
- Factores de la condición física y motriz. Condición física, capacidades físicas y capacidades perceptivo-motrices. Capacidad física y rendimiento deportivo versus capacidad física y salud: componentes en cada tipo.
  - o Capacidad aeróbica y anaeróbica. Sistemas orgánicos implicados en su desarrollo.
  - o Fuerza. Tipos de fuerza y sistemas orgánicos implicados en su desarrollo.
  - o Amplitud de movimiento, movilidad articular y elasticidad muscular.
  - o Velocidad. Tipos.
  - o Capacidades perceptivo-motrices: propiocepción, esquema corporal, espacialidad, temporalidad, estructuración espacio-temporal, equilibrio y coordinación.
- Metodología del entrenamiento. Aplicación de los principios del entrenamiento en los métodos de mejora de las capacidades físicas. Efectos sobre la composición corporal.
- Principios generales del desarrollo de las capacidades físicas.
- Desarrollo de las capacidades aeróbica y anaeróbica: sistemas y medios de entrenamiento. Métodos continuos y métodos fraccionados. Márgenes de esfuerzo para la salud.
- Desarrollo de la fuerza: sistemas y medios de entrenamiento. Métodos: intensivo, isométrico, isocinético y extensivo. Electroestimulación y vibraciones, entre otros. Márgenes de esfuerzo para la salud.
- Desarrollo de la amplitud de movimientos: sistemas y medios de entrenamiento. Métodos activos, pasivos y asistidos.
- Desarrollo integral de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
- Actividades de acondicionamiento físico aplicadas a los diferentes niveles de autonomía personal. Limitaciones de autonomía funcional: factores limitantes del movimiento en función del tipo de discapacidad.
- Singularidades de la adaptación al esfuerzo y contraindicaciones en situaciones de limitación en la autonomía funcional.
- Discapacidad. Clasificaciones médico-deportivas: tipos y características. Organización y adaptación de recursos. Consideraciones básicas para la adaptación de materiales. Barreras arquitectónicas y adaptación de las instalaciones.

#### Evaluación de la condición física y biológica:

- Ámbitos de la evaluación de la aptitud física. Tests, específicos, pruebas y cuestionarios en función de la actividad a realizar, de la edad y del sexo. Ventajas y dificultades. Requisitos de los test de condición física (validez, fiabilidad, objetividad, discriminabilidad, estandarización), así como de los criterios de aplicación (facilidad de montaje, tiempo de ejecución, posibilidad de repetición, economía). Cualidades de los datos obtenidos.
- Valoración antropométrica en el ámbito del acondicionamiento físico:
  - o Biotipología. Aplicación al ámbito de la actividad física. Pruebas cinantropométricas en actividades físicas y deportivas. Protocolos, mediciones e índices antropométricos según el Grupo Español de Cineantropometría ("GREC"). Fórmulas para la determinación del peso muscular, peso grasa, peso óseo. Aplicación e importancia del peso magro corporal en el cálculo del



- consumo de oxígeno. Aplicación autónoma y colaboración con técnicos especialistas. Comparación entre técnicas: recogida de medidas Vs impedancia bioeléctrica y su aplicación en función de diferentes colectivos y usuarios.
- Valoración de la composición corporal. Valores de referencia de la composición corporal en distintos tipos de personas usuarias. Modelos de composición corporal. Composición corporal y salud: índice de masa corporal, porcentaje de grasa corporal y patrón de distribución de la grasa corporal. Importancia de la determinación de la masa y la densidad ósea en poblaciones de riesgo.
  - Pruebas de medición de capacidades perceptivo-motrices. Protocolos y aplicación de los tests de percepción espacial, de percepción temporal, de estructuración espacio-temporal, de esquema corporal, de coordinación y de equilibrio.
  - Pruebas biológico-funcionales en el ámbito del acondicionamiento físico. Requisitos, protocolos, instrumentos y aparatos de medida. Aplicación autónoma o en colaboración con técnicos especialistas:
    - Evaluación de la capacidad aeróbica y de la capacidad anaeróbica. Pruebas indirectas y tests de campo. Umbrales. Indicadores de riesgo.
    - Evaluación de la velocidad. Pruebas específicas de evaluación: tiempo de reacción, velocidad segmentaria y capacidad de aceleración.
    - Evaluación de las diferentes manifestaciones de la fuerza. Pruebas específicas de evaluación de la fuerza máxima, la fuerza veloz y la fuerza resistencia.
    - Evaluación de la amplitud de movimiento. Pruebas específicas de movilidad articular y de elasticidad muscular.
  - Valoración postural:
    - Alteraciones posturales más frecuentes: recuperables y patológicas.
    - Pruebas de análisis postural en el ámbito del acondicionamiento físico: protocolos, aplicación autónoma o en colaboración con técnicos especialistas. Instrumentos y aparatos de medida.
  - Historial y valoración motivacional. Historial médico y deportivo de la persona usuaria. Integración de datos.
  - La entrevista personal en el ámbito del acondicionamiento físico:
    - Cuestionarios para la valoración inicial: ámbito de aplicación, modelos y fichas de registro.
    - Dinámica relacional entrevistador-entrevistado: técnicas de entrevista personal en acondicionamiento físico.
  - La observación como técnica básica de evaluación en las actividades de acondicionamiento físico.
  - Normativa vigente de protección de datos. Criterios deontológicos profesionales de confidencialidad.

#### Análisis e interpretación de datos:

- Registro de resultados en la aplicación de tests, pruebas y cuestionarios en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Integración y tratamiento de la información obtenida: modelos de documentos y soportes.
- Recursos informáticos aplicados a la valoración y al registro de tests, pruebas y cuestionarios en el ámbito del acondicionamiento físico:

12



- Software y hardware genérico y específico de valoración y registro de tests, pruebas y cuestionarios en el ámbito del acondicionamiento físico.
- Aplicación del análisis de datos. Modelos de análisis cuantitativos y cualitativos.
- Estadística para la interpretación de datos obtenidos en los distintos test y pruebas. Cruce de datos y relaciones entre las distintas variables. Ordenación, representación gráfica, normalización e interpretación de datos. Índices de correlación. Inferencias.
- Análisis del cuestionario y del historial. La prescripción del ejercicio desde otros especialistas. El análisis como base del diagnóstico para la elaboración de programas de mejora de la condición física. Elaboración del informe específico. Evaluación del estilo de vida de la persona usuaria. Evaluación de factores de riesgo. Información de fuentes externas y coordinación con otros especialistas.
- Flujo de la información: ubicación y comunicación de los datos elaborados.

#### Integración de medidas complementarias para la mejora de la condición física:

- Medidas de recuperación del esfuerzo físico. Bases biológicas de la recuperación.
- Métodos y medios de recuperación de sustratos energéticos: del oxígeno, de niveles de mioglobina, de reservas musculares de fosfato, de creatina, de glucógeno muscular y hepático, y eliminación del lactato muscular.
- Medios y métodos de recuperación intra e intersesión: físicos (masaje, sauna, baños de contraste, agua fría e hidromasaje, entre otros) y fisioterapéuticos (electroterapia, terapia con calor de penetración, iontoforesis, terapia de corriente dinámica, estimulación nerviosa eléctrica transcutánea y estimulación eléctrica muscular, entre otros).
- Suplementos y fármacos. Ayudas psicológicas.
- Alimentación y nutrición:
  - Clasificación y grupos de los alimentos. Nutrientes. Composición de los alimentos y principios inmediatos. Vitaminas, minerales y agua.
  - Necesidades calóricas.
  - Dieta equilibrada, recomendaciones RDA y dieta mediterránea. La pirámide nutricional.
  - Necesidades alimentarias antes, durante y después del ejercicio físico, en función de los objetivos. Ayudas ergogénicas, reposición de agua, soluciones electrolíticas, equilibrio nutricional en la actividad física y alimentos funcionales.
  - Ayudas para ganar y perder peso: dietas hipo e hipercalóricas. Consecuencias de una alimentación no saludable.
  - Trastornos alimentarios: Bulimia. Anorexia nerviosa. Sobrepeso. Obesidad. Delgadez.

#### Valoración inicial de la asistencia en una urgencia:

- Urgencia y emergencia: sistemas de emergencia, sistemas integrales de urgencias y organización de sistemas.
- Protocolo de actuación frente a emergencias: evaluación inicial del paciente, planificación de la actuación, localización y formas de acceso, identificación de posibles riesgos, protección de la zona y acceso a la persona accidentada.
- Terminología médica o sanitaria de utilidad en primeros auxilios.

13



- Primer interviniente como parte de la cadena asistencial: conducta PAS (proteger, alertar y socorrer). Perfil del primer interviniente. Competencias.
- Objetivos y límites de la actuación del primer interviniente. Principios generales. Riesgos y protección. Seguridad en la intervención. Prevención de enfermedades y contagios.
- Sistemática de actuación: valoración del nivel de consciencia, comprobación de la ventilación y actuación frente a signos de riesgo vital.
- Actitudes, control de la ansiedad, marco legal, responsabilidad y ética profesional.
- El botiquín de primeros auxilios: instrumentos, material de cura y fármacos básicos.
  - o Botiquín simple.
  - o Botiquín con medicinas a usar por facultativos.
  - o El botiquín de verano.
  - o El botiquín de invierno.

#### Aplicación de técnicas de soporte vital y primeros auxilios:

- Protocolos frente a obstrucción de vía aérea. Víctima consciente y víctima inconsciente.
- Manejo de la vía aérea: uso de cánulas orofaríngeas.
- Fundamentos de la resucitación cardiopulmonar básica (RCPB). Instrumental, métodos y técnicas básicas.
- Actuación frente a parada respiratoria y cardiorrespiratoria: masaje cardíaco y desfibrilación externa semiautomática. Accesorios de apoyo a la ventilación y oxigenoterapia.
- Protocolos de RCPB en diferentes situaciones y frente a distintos perfiles de personas accidentadas: Reanimación en medio natural y/o aislado. Reanimación en adultos (inconsciente con signos de actividad cardíaca, en parada respiratoria y en parada cardio-respiratoria), colectivos especiales (lactantes, niños y embarazadas), muerte clínica y biológica y situaciones de ahogamiento.
- Atención inicial a emergencias más frecuentes. Pautas de intervención en la aplicación de los primeros auxilios. Pautas para la no intervención.
- Valoración primaria y secundaria del accidentado. Detección de lesiones, enfermedades y traumatismos. Causas, síntomas y signos: alteraciones de la consciencia, fiebre, vómitos y diarrea, desmayos, lipotimias, síncope, shock, dolor abdominal y vientre en tabla, dolor torácico y otros.
- Tipos de lesiones. Clasificación, síntomas, signos y tratamiento básico: hemorragias, heridas, quemaduras, accidentes eléctricos, accidentes acuáticos y traumatismos (esguinces, contusiones, luxaciones, fracturas, traumatismos torácicos, traumatismos craneoencefálicos, traumatismos de la columna vertebral, síndrome de aplastamiento y politraumatizados).
- Otras situaciones de urgencia: intoxicaciones, crisis anafiláctica, epilepsia y cuadros convulsivos, deshidratación, cuerpos extraños en la piel, ojos, oídos y nariz, pequeños traumatismos, urgencias materno- infantiles, accidentes de tráfico, accidentes domésticos y lesiones producidas por calor o por frío.
- Intervención prehospitalaria en accidentes en el medio acuático: intervención en función del grado de ahogamiento e intervención ante lesionados medulares, (uso del tablero espinal. Uso de collarines cervicales. Maniobras de inmovilización cervical: pinza de bíceps, torno).



#### Métodos de movilización e inmovilización:

- Evaluación de la necesidad de efectuar el transporte por enfermedad repentina o accidente. Recogida de una persona lesionada. Principios básicos para el rescate.
- Métodos de movilización e inmovilización más adecuados en función de la patología: posiciones de seguridad.
- Traslado de personas accidentadas: confección de camillas utilizando medios convencionales o inespecíficos.
- Transporte de personas accidentadas a centros sanitarios. Posiciones de transporte seguro: técnicas de inmovilización y transporte de enfermos repentinos o accidentados utilizando medios convencionales y materiales inespecíficos o de fortuna. Maniobra de retirada del casco del accidentado. Maniobra de Rauteck. Maniobra de la cuchara. Maniobra de los socorristas alternados. Técnicas de movilización de los puentes. Uso de diferentes tipos collarines cervicales. Uso del tablero espinal. Uso del inmovilizador cefálico. Usos del Fernoket. Uso de las férulas de inmovilización. Uso de la camilla de palas y otros tipos de camillas. Inmovilizaciones con diferentes medios de fortuna.
- Emergencias colectivas y catástrofes: métodos de triage simple y norias de evacuación.
- Técnicas de apoyo psicológico para personas accidentadas y familiares:
  - o La comunicación en situaciones de crisis. Canales y tipos de comunicación. Comunicación asistente-accidentado y asistente- familia. Perfil psicológico de la víctima.
  - o Habilidades sociales en situaciones de crisis: escucha activa, respuesta funcional y comunicación operativa.
  - o Apoyo psicológico y autocontrol. Técnicas de autocontrol ante situaciones de estrés: mecanismos de defensa. Medidas, técnicas y estrategias de superación de situaciones de ansiedad, agresividad, angustia, duelo y estrés. Afrontamiento y autocuidado.

#### **Orientaciones pedagógicas:**

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para que el alumnado adquiera las competencias en el desempeño de las funciones de evaluación de la condición física y motivacional de participantes en actividades físicas y deportivas, así como la aplicación de los primeros auxilios a las personas que sufran algún accidente en el transcurso de la práctica.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los siguientes objetivos generales c), e), i), j), l) y p) del ciclo formativo, y las competencias b), d), h), i), j) y ñ) del título.

Las actividades de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- La integración constante de los conocimientos referidos a la biología y la biomecánica en el análisis de los sistemas de valoración y mejora de la condición física y en las técnicas de primeros auxilios.



- La experimentación de las pruebas de valoración con sus protocolos, condiciones de seguridad y tratamiento de los datos, tanto desde el punto de vista de persona usuaria, como desde el punto de vista del o de la profesional.
- El análisis de los fundamentos de los distintos sistemas de entrenamiento de mejora de las capacidades físicas básicas, relacionándolos con la elaboración y experimentación de los programas de acondicionamiento físico básico.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar, favoreciendo los aprendizajes que le faculten para valorar la condición física de diversos tipos de usuarios, pero y, sobre todo, del dominio y comportamiento que debe poseer a la hora de actuar como interviniente en accidentes de gravedades diversas, y tanto para con el accidentado como para con todas las personas del entorno del mismo. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes como: compromiso, asistencia y puntualidad, cumplimiento de los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, capacidad de trabajo en equipo con otros técnicos, cumplimiento de las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto, cuidando las instalaciones y todo el equipamiento y material que maneje. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar. Y por último en las situaciones de emergencia vital, asumir una alta responsabilidad en todas las facetas de su comportamiento, en forma acorde a la trascendencia que la situación tiene.

**Módulo Profesional: Fitness en sala de entrenamiento polivalente.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 16**

**Código: 1148.**

**Duración: 210 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Organiza las actividades de una sala de entrenamiento polivalente, estableciendo las pautas que garanticen la adecuación de los recursos a las actividades, la seguridad y la optimización de uso del espacio.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la dotación de la sala de entrenamiento polivalente, analizando los requerimientos de las actividades y los eventos de acondicionamiento físico a la luz de las últimas tendencias del sector.
- b) Se han definido criterios para organizar la oferta de las actividades de acondicionamiento físico y de los eventos en una sala de entrenamiento polivalente.
- c) Se han determinado las gestiones para la organización de eventos, competiciones y concursos en la sala de entrenamiento polivalente.
- d) Se ha diseñado un plan para la coordinación con las diferentes áreas y técnicos implicados en el uso de una sala de entrenamiento polivalente.



- e) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de entrenamiento polivalente para que puedan participar en las actividades de acondicionamiento físico personas con problemas de movilidad.
  - f) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos en la dotación de una sala de entrenamiento polivalente.
  - g) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de entrenamiento polivalente.
2. Elabora programas de acondicionamiento físico, teniendo en cuenta los datos de la valoración de la condición física de la persona usuaria y los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente.

Criterios de evaluación:

- a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa y los medios disponibles.
  - b) Se han seleccionado los ejercicios para el programa de acondicionamiento físico, relacionándolos con los objetivos del mismo.
  - c) Se han pautado la frecuencia, el volumen y la intensidad de la carga de trabajo en función de los objetivos formulados en el programa de acondicionamiento físico.
  - d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para el programa de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente y en condiciones de seguridad.
  - e) Se han establecido las medidas complementarias en función del tipo de programa de acondicionamiento físico y de los intereses de la persona usuaria.
  - f) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la motivación y la atención a diferentes tipos de personas usuarias.
  - g) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.
  - h) Se ha definido el procedimiento de evaluación del programa de acondicionamiento físico desarrollado en la sala de entrenamiento polivalente.
3. Describe y demuestra la ejecución práctica de los ejercicios y el uso del material más frecuente en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente, remarcando los puntos clave en la prevención de lesiones.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito y demostrado ejercicios de musculación y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- b) Se han descrito y demostrado ejercicios de mejora de la capacidad aeróbica y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- c) Se han descrito y demostrado ejercicios de amplitud de movimientos y los aspectos a tener en cuenta durante su práctica.
- d) Se han demostrado el uso y manejo de los aparatos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente, señalando las precauciones a tener en cuenta en la utilización de los mismos.



- e) Se han realizado las adaptaciones necesarias en los aparatos y las máquinas de una sala de entrenamiento polivalente para que puedan ser utilizadas por usuarios con dificultades en el agarre, en el equilibrio o con movilidad reducida.
4. Dirige actividades de acondicionamiento físico, aplicando metodologías específicas para su desarrollo en el contexto de una sala de entrenamiento polivalente.

Criterios de evaluación:

- a) Se han revisado la funcionalidad y las condiciones de seguridad de los equipamientos y materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
  - b) Se ha utilizado el tipo de lenguaje adecuado en función de la actividad y del perfil de las personas usuarias.
  - c) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente por parte de las personas usuarias y las cargas movilizadas.
  - d) Se han corregido los errores de ejecución en los ejercicios propuestos, indicando sus causas y la forma de ejecución correcta.
  - e) Se han adaptado los parámetros de las actividades que pudieran suponer una dificultad en la ejecución a las personas con discapacidad.
  - f) Se han aplicado estrategias de intervención que favorecen la participación y la desinhibición de los participantes en las actividades de la sala de entrenamiento polivalente.
  - g) Se han indicado las medidas complementarias que la persona usuaria puede seguir para optimizar los resultados de su programa de acondicionamiento físico.
  - h) Se han valorado el proceso y los resultados que se han ido alcanzando, interpretando los datos de evaluación conforme a las especificaciones previstas en el programa de acondicionamiento físico.
5. Organiza eventos en el ámbito del acondicionamiento físico, determinando los factores implicados en su promoción y en su seguridad.

Criterios de evaluación:

- a) Se han elaborado programas de eventos de acondicionamiento físico para diferentes tipologías de instalaciones y diferentes perfiles de personas usuarias.
- b) Se ha valorado el impacto promocional de los diferentes tipos de eventos, tanto para la entidad como para las actividades de acondicionamiento físico y para los patrocinadores.
- c) Se han propuesto el tipo de información y los medios de difusión más adecuados para publicitar el evento y animar a personas usuarias o no a participar o asistir al mismo.
- d) Se han organizado y distribuido los materiales para favorecer el acceso, la ubicación y la participación, tanto del público como del actorado circunstancial.
- e) Se ha establecido el procedimiento para la supervisión y el control de los diferentes aspectos del evento de acondicionamiento físico.
- f) Se han previsto las vías de comunicación con los servicios auxiliares y las medidas de seguridad necesarias para prevenir posibles contingencias.
- g) Se han propuesto y aplicado las técnicas de animación más adecuadas para conseguir el éxito del evento en cuanto a participación y satisfacción de las personas participantes.



6. Aplica las medidas de seguridad y los planes de emergencia en la sala de entrenamiento polivalente, valorando las condiciones y los factores de riesgo.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han identificado y descrito los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de entrenamiento polivalente en particular.
- b) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.
- c) Se han inventariado los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de entrenamiento polivalente.
- d) Se han relacionado la asignación de funciones y las instrucciones al personal de una instalación deportiva en general y de la sala de entrenamiento polivalente en particular.
- e) Se han dirigido situaciones simuladas de evacuación de una sala de entrenamiento polivalente.
- f) Se ha relacionado la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente.
- g) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente.

**Contenidos:**

Coordinación de actividades en la sala de entrenamiento polivalente:

- Instalaciones, máquinas, aparatos y elementos propios de una sala de entrenamiento polivalente. Requisitos básicos, legislación y normativa.
  - o Áreas de acondicionamiento. Dotación y distribución de máquinas y aparatos por zonas:
    - Zona cardiovascular: características, distribución y máquinas específicas (motorizadas y manuales).
    - Zona de musculación: características, distribución y máquinas específicas (selectorizadas, neumáticas y otras).
    - Zona de peso libre: características, distribución y máquinas y aparatos específicos (barras, discos, halteras, soportes, máquinas de palancas convergentes, basculantes y otras).
    - Zona de estiramientos y calistenia: características, distribución y máquinas específicas.
    - Otras posibles zonas teniendo en cuenta las últimas tendencias del sector.
  - o Accesos, flujos de desplazamientos, adecuación para personas con discapacidad (supervisión y corrección de accesos y desplazamientos), control de barreras arquitectónicas dentro de una sala de entrenamiento polivalente y señalizaciones (carteles y medios informativos).



- Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo básico en: peso libre (máquinas de palancas convergentes, máquinas basculantes, barras, discos, mancuernas, soportes y bancos, entre otros), máquinas de resistencia dinámica variable selectorizadas, poleas, máquinas neumáticas, máquinas magnéticas, máquinas isocinéticas, máquinas de entrenamiento cardiovascular (tapices rodantes, elípticas, simuladores de subir escaleras, bicicletas estáticas, remos y simuladores de esquiar, entre otras), materiales de entrenamiento (gomas, bandas elásticas, plataforma vibratoria, electroestimuladores, TRX o similares) y otros materiales auxiliares y de nuevas tecnologías.
- Planificación de actividades de fitness:
  - o Principios de la planificación de actividades en instalaciones de fitness y componentes de la misma.
  - o Técnicas para la planificación de las actividades de fitness en distintos ámbitos: edad escolar, adultos hombres y mujeres, mayores de 50 años, colectivos especiales, personas con discapacidad y preparación física específica.
- Gestión y coordinación de actividades de la sala de entrenamiento polivalente:
  - o Interacción y coordinación de oferta de actividades: perfil de las personas usuarias, adecuación de horarios, coordinación de las distintas áreas/zonas de actividad.
  - o Gestión de espacios: zonas deportivas de las áreas de acondicionamiento, espacios de clases colectivas, espacios de fitness acuático y otras zonas (vestuarios, aseos, recepción, accesos, oficinas, zona médica, tratamientos, cafetería...)
  - o Organización y gestión de los recursos: recursos humanos propios de la sala de entrenamiento polivalente y de las otras áreas de fitness, materiales de las instalaciones de fitness. Confección y control de presupuestos. Gestión de materiales y almacenes.
  - o Control del mantenimiento: limpieza y desinfección, control y puesta a punto de máquinas y materiales, reparaciones y valoración de nuevas adquisiciones (presupuestos, formación, protocolos, etc.)
- Plan de calidad. Aplicación de los procedimientos y de las normas de calidad. Modelo de excelencia de la instalación. Procedimientos de evaluación.

#### Prescripción del ejercicio en una sala de entrenamiento polivalente.

- Organización y concreción de las sesiones a partir del programa de entrenamiento de referencia. Principios metodológicos fundamentales.
- Objetivos de mejora de la condición física relacionados con la edad.
- Desarrollo de las diferentes capacidades físicas en los programas de fitness. Integración de los métodos y factores específicos de mejora (frecuencia, carga de entrenamiento, intensidad, volumen, velocidad de ejecución, pausas de recuperación, longitud de las palancas, grupos musculares implicados, etc.). Recursos para elaboración de programas y rutinas (software específico de entrenamiento y otros recursos).
- Prescripción del ejercicio de fuerza en una sala de entrenamiento polivalente.
  - o Conceptos relacionados: sobrecarga progresiva, especificidad, variación, impacto del aumento inicial de fuerza.
  - o Métodos de mejora de la fuerza. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Medidas de adecuación de los medios de entrenamiento a los objetivos y la seguridad de los diferentes perfiles de personas usuarias. Valoración y eliminación de factores de riesgo.



- Desarrollo de los grandes grupos musculares, equilibrio entre músculos agonistas y antagonistas, balance postural.
- Métodos para la mejora de la flexibilidad y amplitud de movimiento (ADM).
- Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente.
- Métodos para la mejora de la capacidad aeróbica. Utilización de los recursos de la sala de entrenamiento polivalente. Programas y niveles en las máquinas de entrenamiento cardiovascular.
- Ejercicios para la mejora de la capacidad aeróbica, la fuerza y la amplitud de movimiento. Adecuación a los programas de entrenamiento de referencia y a diferentes perfiles de personas usuarias.
- Secuencias y rutinas de los ejercicios de resistencia, fuerza y amplitud de movimiento. Combinación de las cargas de trabajo con los periodos de recuperación de los esfuerzos.
- Estrategias de instrucción y de comunicación.
- Medidas complementarias en función de las expectativas de diferentes perfiles de personas usuarias de la sala de entrenamiento polivalente.
- Recursos informáticos aplicados a la elaboración de programas de entrenamiento en la sala de entrenamiento polivalente.
- Evaluación del programa de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente. Actividades y medios de evaluación de programas de entrenamiento en sala de entrenamiento polivalente. Uso de los datos de condición física en la redefinición de objetivos y en la reorientación de los programas.

Descripción y demostración de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente:

- Técnica de los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente. Agarres y ayudas auxiliares para optimizar la ejecución técnica. Precauciones en la colocación de la carga con respecto a la higiene de la columna vertebral: posiciones de seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños o lesiones, carga axial. Errores de ejecución.
- Localizaciones y funciones musculares en las fases del ejercicio; músculos implicados, funciones (agonista, antagonista, fijador o sinergista) y tipos de contracción (concéntrica, excéntrica, estática- isométrica).
- Adaptaciones en los ejercicios de acondicionamiento físico y en el uso de máquinas y materiales de la sala de entrenamiento polivalente para personas con discapacidad.
- Ejecución, ejercicios tipo y variantes. Uso de los materiales y las máquinas y errores y peligros más frecuentes en su utilización. Colocación de la carga. Realización global de los ejercicios y análisis de los puntos críticos de la ejecución.
  - Ejercicios de musculación, autocarga, con implementos, con máquinas y con peso libre.
  - Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos, con máquinas y con aparatos.
  - Actividades cíclicas para la mejora cardiovascular con máquinas simples o motorizadas.
- Fatiga en las actividades y ejercicios propios de una sala de entrenamiento polivalente:
  - Síntomas y signos de fatiga general y localizada.
  - La sobrecarga muscular por repetición: medidas y acciones de descarga



Dirección y dinamización de sesiones de entrenamiento en una sala de entrenamiento polivalente:

- Procedimientos de mantenimiento operativo de las máquinas, los equipos y los materiales de la sala de entrenamiento polivalente.
- Componentes del servicio para la captación y la fidelización de las personas usuarias (instalaciones, servicios, imagen personal de los técnicos, interacción con el usuario, interacciones sociales entre usuarios, y otras técnicas específicas para fidelizar al usuario).
- Procedimientos de control del uso de las máquinas y materiales de una sala de entrenamiento polivalente.
- Técnicas de intervención para la dinamización de sesiones de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento polivalente:
  - o Recursos y métodos para dinamizar la sesión: actividades de introducción y de desarrollo de la sesión.
  - o Estrategias de motivación, establecimiento de metas y empatía: refuerzos de la percepción de logros y automotivación, la música en las sesiones de fitness.
- Técnicas de comunicación ante distintos perfiles de personas usuarias. Comunicación verbal y no verbal.
- Supervisión de la ejecución de los ejercicios de acondicionamiento físico en la sala de entrenamiento polivalente:
  - o Control del uso del espacio.
  - o Control de los puntos clave de la ejecución de los ejercicios que pueden suponer un peligro para las personas usuarias.
    - o Sensibilización de las personas usuarias frente a los factores de riesgo en el uso de las máquinas y de los materiales.
    - o Polarización de la atención del técnico hacia los usos potencialmente peligrosos de máquinas y materiales.
  - o Utilización de los refuerzos informativos y de las técnicas para proporcionar el feedback externo.
- Demostración como recurso didáctico. Demostración aislada y asociada a la explicación de los ejercicios y a la corrección de la técnica de ejecución.

Organización y dinamización de eventos en el ámbito del fitness:

- Planificación de eventos, competiciones y concursos en fitness.
- Eventos en el ámbito del fitness: concursos, competiciones, exhibiciones, celebraciones, actividades y juegos de animación. Características, objetivos, funciones y momento de aplicación de los distintos tipos de eventos.
- Integración del evento en la programación general de la entidad. Análisis del contexto de intervención, adecuación de los distintos tipos de eventos a la edad, expectativas, nivel de condición física y número de participantes de los grupos, entre otros.
- Acciones promocionales de los eventos de acondicionamiento físico. Objetivos, soportes comunes y métodos de control de las acciones promocionales.
- Organización y gestión de los recursos.
  - o Espacios y tiempos de las actividades. Previsión y procedimientos de supervisión y control.
  - o Circulación de personas y materiales. Previsiones y procedimientos de supervisión y control.



- Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de eventos en el ámbito del fitness: estrategias y técnicas de selección, estrategias y técnicas de coordinación.
- Dinamización de eventos en el ámbito del fitness:
  - o Estrategias y actitudes del técnico para animar y motivar en la interacción grupal.
  - o Funciones y fases de intervención del dinamizador de eventos en el ámbito del fitness.
  - o La presentación de actividades y la conducción de eventos.
- Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación. Observación y recogida de datos: registros y escalas. Evaluación de la actividad: análisis de datos.
- Aplicación de las normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del fitness: control de contingencias, medidas de intervención

#### Seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente:

- El plan de emergencia:
  - o Objetivos del plan de emergencia. Principios de la efectividad del plan.
  - o Plan de evacuación: diseño y puesta en práctica (simulacros). Soportes informativos.
  - o Coordinación con otros u otras profesionales y servicios. Recursos humanos implicados en el plan de emergencia, instrucción al personal de la instalación, designación de funciones del plan de emergencia entre los profesionales de la sala.
  - o Tipos de evacuación en función de la tipología de las personas usuarias, medidas especiales para personas con discapacidad en casos de emergencia y evacuación.
  - o Equipos y materiales implicados en el plan de emergencia. Procedimientos de supervisión. Inventario de medios materiales (extintores, BIES).
  - o Evaluación del plan de emergencia.
- Prevención y seguridad:
  - o Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de entrenamiento polivalente.
  - o Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de entrenamiento polivalente (riesgos por uso inadecuado de la tecnología, riesgos por acciones inadecuadas de las personas, riesgos laborales por no usar medidas de protección adecuadas, riesgos causados por el uso inadecuado de los servicios deportivos, riesgos causados por uso incorrecto de los medios de entrenamiento, riesgos por desinformación, etc.).
  - o Normativa de aplicación en materia de seguridad en sala de entrenamiento polivalente.
  - o Medidas de prevención de riesgos, en instalaciones deportivas. Medidas específicas de prevención de riesgos en la sala de entrenamiento polivalente.
  - o El plan de mantenimiento preventivo, la periodicidad de las revisiones, el inventario técnico, la dotación de seguridad, el diagnóstico de las situaciones anómalas.
  - o Medidas de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programación, dirección, supervisión y evaluación de actividades de acondicionamiento físico con los medios propios de una sala de entrenamiento polivalente.



La concreción de la función de programación incluye aspectos como el análisis de los perfiles de posibles participantes en los programas y eventos, la relación de métodos de mejora de la condición física con los diferentes perfiles de participantes, la previsión de los recursos necesarios y el establecimiento de la carga de trabajo que cada participante necesita.

La concreción de la función dirección y supervisión incluye la transmisión de información, la aplicación de metodologías específicas, la corrección de errores, la adaptación de tareas y el control del uso de los espacios y de los materiales.

La concreción de la función de evaluación incluye la preparación de los instrumentos necesarios para la toma de datos, el registro y tratamiento de los mismos y la formulación de propuestas de mejora para los programas de acondicionamiento físico con los medios propios de una sala de entrenamiento polivalente.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales a), b), c), d), f), i), m) y o) del ciclo formativo, y las competencias a), b), c), e), h), k) y n) del título.

Las estrategias y las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La incentivación de la creatividad y del carácter innovador.
- El trabajo cooperativo.
- La autoevaluación y la coevaluación.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Estudio práctico y adaptación de los ejercicios y las actividades de acondicionamiento físico desarrollados con los medios propios de la sala de entrenamiento polivalente, de modo que sean congruentes con las posibles prescripciones médicas o posibles discapacidades.
- Elaboración de la programación específica de la sala de entrenamiento polivalente a partir de la programación general.
- Elaboración de programas de mejora de la condición física, adaptados a las posibilidades e intereses de las personas usuarias, a los medios disponibles en la sala de entrenamiento polivalente y a las necesidades detectadas en el análisis inicial, estableciendo la dosis de entrenamiento adecuada respecto a los objetivos planteados y a los parámetros recomendados en cuanto a: frecuencia, volumen, intensidad, densidad, metodología y selección de los ejercicios.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas adecuadas para la consecución de los objetivos y para la solución de contingencias.
- Experimentación con los materiales propios de la sala de entrenamiento polivalente, así como con el uso de materiales no específicos.
- Organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos con el fin de reforzar la motivación y fidelidad de los usuarios.



Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto cuidando las instalaciones y el material. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar.

**Módulo Profesional: Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 12**

**Código: 1149.**

**Duración: 192 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Analiza las características de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, relacionándolas con los procesos de adaptación que provocan en el organismo.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se ha descrito la técnica de ejecución de las actividades y modalidades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical, indicando la dificultad, la intensidad, y los errores más frecuentes.
  - b) Se ha valorado la importancia del control postural en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
  - c) Se han analizado las adaptaciones fisiológicas al trabajo realizado en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
  - d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.
  - e) Se han enumerado las contraindicaciones absolutas y relativas a la práctica de las diferentes modalidades y estilos de actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
  - f) Se han relacionado las distintas actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical con las posibles tipologías y niveles de las personas usuarias más habituales.
  - g) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
2. Programa actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los espacios de intervención.



Criterios de evaluación:

- a) Se han aplicado los procedimientos y las técnicas de programación y periodización para la mejora de la condición física en las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - b) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física en función de la evolución del programa de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y de los medios disponibles.
  - c) Se han establecido series coreografiadas por niveles de intensidad y de dificultad, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para desarrollar y garantizar la seguridad de eventos y programas de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - e) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención a diferentes tipos de personas usuarias y la motivación.
  - f) Se han definido los criterios de seguridad, adecuación y efectividad de un programa de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y los factores que se deben tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución.
  - g) Se han descrito los indicadores, los instrumentos y las técnicas que determinan la evaluación de la calidad del servicio, tanto en el proceso como en el resultado.
  - h) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.
3. Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha seleccionado el soporte musical que se adecua al estilo, a la intensidad y a la duración de la secuencia o composición coreográfica y de la sesión.
- b) Se han combinado los pasos básicos y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones coreográficas básicas, en función de la modalidad o del estilo.
- c) Se han aplicado criterios fisiológicos, biomecánicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones, relacionando los objetivos de mejora de las capacidades físicas con el volumen, la intensidad y la dificultad de cada fase de la sesión.
- d) Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.
- e) Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.
- f) Se han utilizado técnicas específicas de representación gráfica o escrita para recoger y registrar pasos, movimientos, ejercicios y composiciones.



- g) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
4. Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en condiciones de seguridad.
  - b) Se ha informado acerca del desarrollo de la sesión y los requerimientos de vestimenta y complementos.
  - c) Se han explicado y demostrado las actividades propuestas y el uso de los aparatos y materiales, aplicando estrategias de instrucción y comunicación específicas en los ejercicios y las secuencias y composiciones coreográficas.
  - d) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes.
  - e) Se ha supervisado la indumentaria y complementos de las personas participantes para garantizar la funcionalidad, el confort y la seguridad.
  - f) Se han detectado los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga y los errores en la ejecución de los pasos y se han dado las indicaciones oportunas para su corrección.
  - g) Se han utilizado los códigos gestuales o verbales para transmitir las indicaciones a los componentes del grupo, sin interrumpir el desarrollo de la sesión de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - h) Se han aplicado los instrumentos de evaluación de la sesión.
  - i) Se ha comprobado el estado de los elementos específicos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en la sala de aeróbic.
5. Organiza las actividades de una sala de aeróbic, estableciendo las pautas de organización de los recursos específicos que garanticen la versatilidad, la eficacia y la seguridad.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la dotación de la sala de aeróbic, analizando los requerimientos de los eventos y de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, a la luz de las últimas tendencias del sector.
- b) Se han definido criterios para la organización de horarios de eventos y de actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y la coordinación con otras áreas y técnicos, garantizando la seguridad y la optimización del uso de los espacios y materiales.
- c) Se han previsto las gestiones para la organización de eventos, competiciones, concursos y actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- d) Se han valorado las condiciones de accesibilidad a la sala de aeróbic para que puedan participar en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical personas con movilidad reducida.



- e) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías de los elementos específicos de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en la dotación de la sala de aeróbic.
  - f) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento de una sala de aeróbic.
6. Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han identificado y descrito los planes de emergencia de una instalación deportiva y de una sala de aeróbic en particular.
- b) Se han establecido procedimientos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de acondicionamiento físico en la sala de aeróbic.
- c) Se han inventariado los medios materiales necesarios en un plan de emergencia para una sala de aeróbic.
- d) Se han relacionado la asignación de funciones y las instrucciones al personal de una instalación deportiva en general y una sala de aeróbic en particular.
- e) Se han dirigido situaciones simuladas de evacuación de una sala de aeróbic.
- f) Se ha relacionado la legislación básica sobre seguridad y salud laboral con el ejercicio profesional en las actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.

**Contenidos:**

Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:

- Elementos técnicos de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:
  - o Pasos básicos.
  - o Enlaces.
  - o Movimientos de brazos.
  - o Ejercicios.
  - o Ejecución técnica.
  - o Alineación segmentaria.
  - o Apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas.
- Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos del aeróbic básico, los ejercicios de tonificación, los ritmos latinos, los gestos técnicos derivados del entorno de la danza y las modalidades afines. Pautas para detectarlos. Efectos patológicos de las incorrecciones de determinadas posturas y ejercicios.
- Efecto de las distintas actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical sobre la mejora de la condición física y la salud.
- Las actividades básicas en grupo con soporte musical como sistema de acondicionamiento físico. Historia del aeróbic y su evolución. Tendencias actuales.
- Evolución de los perfiles de las personas usuarias.



- Métodos específicos para el desarrollo de las capacidades condicionales a través de actividades básicas con soporte musical. Aeróbic básico, tonificación, ritmos latinos, gestos técnicos derivados del entorno de la danza y modalidades afines. Series coreografiadas.
- Contraindicaciones absolutas o relativas en la práctica de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Impacto articular y biomecánica postural adecuada.
- Variables de las actividades coreografiadas que condicionan la intensidad:
  - o Velocidad de la música.
  - o Velocidad y amplitud del movimiento.
  - o Grupos musculares implicados.
  - o Desplazamiento y movimientos de brazos, entre otros.
  - o Soporte musical.
  - o Variables del acondicionamiento físico.
- Criterios de seguridad para la práctica de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Criterios de selección de la indumentaria personal para la realización de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:

- Elementos de la programación. Teoría y práctica de las técnicas de programación en el ámbito del acondicionamiento físico en grupo con soporte musical (fitness).
- Programas específicos de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical: elaboración progresión secuencial. Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas. Software específico de entrenamiento y elaboración y adaptación de programas de mejora de la condición física aplicados al acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Ofimática adaptada.
- Combinación de las variables de dificultad e intensidad; nivel de las coreografías atendiendo a criterios de intensidad y de dificultad coordinativa, adecuación a los perfiles tipo de las personas usuarias.
- Optimización de los programas. Medidas complementarias al programa de entrenamiento deportivo.
- Estrategias de instrucción de actividades coreografiadas.
- Elementos de seguridad específicos de las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Índice de ocupación del espacio y grado de deslizamiento de las superficies de apoyo, entre otros.
- Adaptación de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a las posibilidades de ejecución de las personas usuarias. Adecuación de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiales.
- Evaluación de programas de acondicionamiento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación y procedimiento para la interpretación de resultados.

Diseño de coreografías:



- Música en las actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Estructura de la música. Acentos o beats débiles y fuertes. Frases y series musicales. Adaptaciones del ritmo natural. Lagunas musicales. Velocidad de la música en función del estilo y modalidad. Aplicaciones de la música para su uso abierto o cerrado.
- Estructura de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical. Progresión coreografiada en la estructura de la sesión: calentamiento, núcleo principal (secuencias y composiciones coreográficas) y vuelta a la calma.
- Ejercicios de tonificación y ejercicios de estiramientos.
- Estrategias metodológicas específicas: técnicas de demostración y de comunicación con uso de espejo.
- Estructura de progresiones coreografiadas relacionadas con la tonificación: intervalos, circuitos. Sesiones específicas: tren superior, tren inferior, gap y abdomen. Últimas tendencias.
- Gestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas, gestos técnicos derivados del entorno de la danza, gestos técnicos y movimientos derivados de las gimnasias suaves.
- Composición de coreografías, estilos y modalidades. Recursos técnicos para la elaboración de coreografías. Uso y aplicación. Variaciones y combinaciones con los pasos básicos: orientación, desplazamientos, cambios de ritmo, giros y movimientos de brazos. Estilos y modalidades. Elementos coreográficos: enlaces entre elementos, tipo de impacto, opción simple, opción doble, opción múltiple por series o por frases.
- Medios audiovisuales. Medios informáticos. Representación gráfica y escrita de coreografías.
- Diseño de la evaluación de la sesión.

#### Dirección de sesiones:

- Mantenimiento operativo de instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Procedimientos de verificación de condiciones de seguridad y de utilización.
- Ejecución de los elementos técnicos de las actividades coreografiadas: pasos básicos y variantes del aeróbic, ritmos latinos, gestos técnicos derivados del entorno de la danza y modalidades afines, secuencias de ejercicios de tonificación y ejercicios de estiramiento, entre otros.
- Supervisión del uso de aparatos y materiales.
- Proceso y estrategias de instrucción en las actividades rítmicas: diversificación de niveles, análisis de la tarea, sistemas y canales de comunicación, modelos de interacción con las personas usuarias, información inicial o de referencia, conocimiento de la ejecución y los resultados.
- Integración de la demostración de los elementos técnicos, con la observación de la ejecución de otros, la detección de errores y la comunicación de consignas.
- Estrategias para adaptar la intensidad de la ejecución de la secuencia coreografiada.
- Sistemas de comunicación específicos en la dirección de actividades de acondicionamiento físico con soporte musical. Lenguaje gestual, refuerzos verbales. Adaptaciones para personas con discapacidad.
- Estrategias de motivación hacia la ejecución.
- Metodología específica de aprendizaje de secuencias y composiciones coreográficas: modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas, modelo libre,



modelos coreografiados, nuevas tendencias. Registros de evaluación de los elementos de la sesión de acondicionamiento físico con soporte musical.

Organización de actividades de la sala de aeróbic:

- Instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Requisitos básicos, legislación y normativa.
- Accesos, desplazamientos y barreras arquitectónicas dentro de una sala de aeróbic.
- Puesta a punto de la instalación y los medios.
- Adecuación para personas con movilidad reducida: supervisión y corrección de accesos y desplazamientos, eliminación de barreras arquitectónicas, carteles y medios informativos.
- Interacción y coordinación de oferta de eventos y actividades:
  - o Perfil de participantes y adecuación de horarios de las actividades.
  - o Los eventos promocionales en la planificación de actividades. Fases y trámites en la organización de eventos.
- Organización y gestión de los recursos:
  - o Coordinación y gestión de los equipos, los materiales y los almacenes.
  - o Coordinación de uso de los espacios comunes en instalaciones con varios espacios de práctica (vestuarios, saunas, zona limpia y zona médica, entre otros).
- Coordinación con los técnicos de las otras áreas de fitness.
- Control y mantenimiento: Mantenimiento preventivo y correctivo: periodicidad y técnicos responsables. Limpieza y desinfección: periodicidad y técnicos responsables.
- Aplicación de las normas de calidad. Modelo de excelencia de la instalación. Procedimientos de evaluación.

Seguridad y prevención en la sala de aeróbic: El plan de emergencia:

- Tipos de emergencia.
- Objetivos del plan de emergencia. Principios de la efectividad del plan.
- Equipos y materiales implicados en el plan de emergencia. Procedimientos de supervisión. Inventario de medios materiales (extintores, BIES).
- Recursos humanos implicados en el plan de emergencia, instrucción al personal de la instalación, designación de funciones del plan de emergencia entre los profesionales de la sala de aeróbic.
  - o Plan de evacuación: diseño y puesta en práctica (simulacros). Soportes informativos.
  - o Tipos de evacuación en función de la tipología de las personas usuarias, medidas especiales para personas con discapacidad en casos de emergencia y evacuación.
  - o Coordinación con otros profesionales y servicios.
  - o Evaluación del plan de emergencia.
- Prevención y seguridad:
  - o Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de aeróbic.
  - o Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de aeróbic.
  - o Tipos de riesgos presentes en la sala de aeróbic: tecnológicos, causados por las personas, laborales, causados por el uso de los servicios deportivos, causados por uso incorrecto de los medios de entrenamiento y desinformación.



- Normativa de aplicación en materia de seguridad en salas de aeróbic.
- Medidas de prevención de riesgos, en instalaciones deportivas. Medidas específicas de prevención de riesgos en la sala de aeróbic.
- El plan de mantenimiento preventivo, la periodicidad de las revisiones, el inventario técnico, la dotación de seguridad, el diagnóstico de las situaciones anómalas.
- Medidas de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral.

#### **Orientaciones pedagógicas:**

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programación, dirección y supervisión de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

La concreción de la función de programación incluye aspectos como el análisis de las nuevas tendencias y de los perfiles de posibles participantes en este tipo de actividades, la previsión de los recursos necesarios y el diseño de coreografías apropiadas para el grupo de referencia.

La concreción de la función de dirección y supervisión incluye la transmisión de información, la aplicación de metodologías específicas, la corrección de errores, la adaptación de tareas y el control del uso de los espacios y de los materiales.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales a), b), c), d), g), j), k), n) y o) del ciclo formativo y las competencias a), b), c), f), i), l) y n) del título.

Las estrategias y las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La incentivación de la creatividad y del carácter innovador.
- El trabajo cooperativo.
- La autoevaluación y la coevaluación.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Estudio práctico de los ejercicios y elementos coreográficos de las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Elaboración de la programación específica de la sala de aeróbic a partir de la programación general.
- Elaboración de programas de mejora de la condición física, a través de actividades en grupo con soporte musical, adaptados a las posibilidades e intereses de las personas usuarias, a los medios disponibles y a las necesidades detectadas en el análisis inicial.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas de los distintos métodos de actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.



- Experimentación con el soporte musical y con los materiales propios de las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical, así como con el uso de materiales no específicos.
- Organización de competiciones, concursos y eventos lúdico-deportivos con el fin de reforzar la motivación y fidelidad de las personas usuarias.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar, favoreciendo los aprendizajes en la programación, diseño y dirección de actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical, con diversos tipos de usuarios, así como su posterior evaluación. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto, cuidando las instalaciones y el material. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar.

**Módulo Profesional: Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 7**

**Código: 1150.**

**Duración: 84 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Analiza las características de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, valorando los procesos de adaptación que provocan en el organismo.

Criterios de evaluación:

- a) Se han valorado los aspectos técnicos y los efectos de las actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- b) Se ha analizado la dificultad de ejecución de las técnicas propias de cada actividad especializada para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- c) Se han analizado las adaptaciones fisiológicas al trabajo realizado en las actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.
- d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.
- e) Se han enumerado las contraindicaciones absolutas y relativas a la práctica de diferentes modalidades y estilos.
- f) Se han relacionado las distintas actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical con posibles tipologías y niveles de las personas usuarias más habituales.



- g) Se han definido los parámetros de seguridad en el uso de los equipos y materiales y en la ejecución de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
2. Programa actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los elementos específicos de cada actividad.

Criterios de evaluación:

- a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa de actividades específicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y los medios disponibles.
  - b) Se han establecido series de coreografiadas por niveles de intensidad y de dificultad, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - c) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios para garantizar la seguridad y desarrollar los eventos y programas de actividades específicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - d) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención y la motivación a diferentes tipos de personas.
  - e) Se han definido los criterios de seguridad, adecuación y efectividad de un programa de actividades específicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y los factores que se deben tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución.
  - f) Se han descrito los indicadores, los instrumentos y las técnicas que determinan la evaluación de la calidad del servicio, tanto en el proceso como en el resultado.
  - g) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.
3. Diseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, en función de diferentes niveles de personas usuarias y del estilo de cada modalidad.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha seleccionado el soporte musical adecuado al estilo, a la intensidad y a la duración de la secuencia o composición coreográfica y de la sesión.
- b) Se han aplicado criterios fisiológicos, biomecánicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones, relacionando los objetivos de mejora de las capacidades físicas con el volumen, la intensidad y la dificultad de cada fase de la sesión.
- c) Se han combinado los pasos básicos y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones coreográficas de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- d) Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.
- e) Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.



- f) Se han establecido los materiales en función de las características de cada actividad específica de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
  - g) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
4. Diseña coreografías de actividades con máquinas cíclicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, en función de diferentes niveles de personas usuarias y del estilo de cada modalidad.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se ha seleccionado el soporte musical adecuado al estilo, a la intensidad y a la duración de cada fase y de la sesión con máquinas cíclicas.
  - b) Se han aplicado criterios fisiológicos, biomecánicos y de motivación en la secuencia con máquinas cíclicas, relacionando los objetivos de mejora de las capacidades físicas con el volumen, la intensidad y la dificultad de cada fase de la sesión.
  - c) Se han establecido los movimientos y las posiciones asociados a los niveles de intensidad y sus variantes en la elaboración de las secuencias o composiciones con máquinas cíclicas.
  - d) Se han previsto adaptaciones para atender los diferentes niveles de competencia motriz de los componentes del grupo al que se dirige la composición coreográfica.
  - e) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
5. Dirige sesiones de actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical, demostrando las técnicas de ejecución seleccionadas.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en condiciones de seguridad.
- b) Se ha informado acerca del desarrollo de la sesión, la utilización de aparatos y material y los requerimientos de vestimenta y complementos.
- c) Se ha demostrado y explicado la técnica correcta de los diferentes ejercicios, así como los errores más comunes en su ejecución.
- d) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes, variando los espacios, el material, la música y la información que se transmite.
- e) Se ha supervisado la indumentaria y complementos de los participantes para garantizar la funcionalidad, el confort y la seguridad.
- f) Se han detectado los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga y los errores en la ejecución de los pasos y se han dado las indicaciones oportunas para su corrección.
- g) Se ha demostrado y supervisado la utilización de los aparatos y del material, detectando las incidencias producidas.
- h) Se han utilizado los códigos gestuales o verbales para transmitir las indicaciones a los componentes del grupo, sin interrumpir el desarrollo de la sesión.

**Contenidos:**



Actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:

- Nuevas tendencias del fitness. Foros autorizados, publicaciones, revistas y otras fuentes bibliográficas o en la red del ámbito del fitness y de las actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Organizaciones de referencia en el ámbito del fitness y de las actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Eventos, convenciones, congresos y encuentros nacionales e internacionales más representativos en el ámbito del fitness y de las actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- Innovación en actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Diferencias entre las propuestas nuevas y las ya existentes.
- Elementos técnicos de las distintas especialidades. Estilos del soporte musical en cada especialidad.
- Perfiles de personas usuarias y nuevas propuestas de actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical (Cicloindoor, kranking, crosstraining, aeróbic avanzado, steps, aerobox, y hip hop, entre otros). Aspectos motivacionales aportados por las nuevas propuestas de actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Exigencias fisiológicas y biomecánicas de las nuevas propuestas de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Grados de dificultad. Técnica específica y ejecuciones potencialmente lesivas. Contraindicaciones absolutas o relativas de la práctica de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Síntomas de fatiga.
- Equipos y materiales específicos para las actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Parámetros de uso seguro.
- Condicionantes para la práctica de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

Programación de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:

- Métodos para el desarrollo de las capacidades condicionales a través de actividades especializadas con soporte musical. Objetivos específicos.
- Criterios para la inclusión de las nuevas propuestas de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical en la oferta del centro de trabajo.
- Variables de dificultad e intensidad en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Adaptación de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a las posibilidades de ejecución de las personas usuarias.
- Adecuación de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical a colectivos con necesidades especiales.
- Estrategias de instrucción de actividades coreografiadas y con máquinas cíclicas.
- Adaptación de accesos y de espacios de práctica para todo tipo de participantes en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Barreras arquitectónicas y su eliminación.



- Evaluación de programas de acondicionamiento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación, procedimiento para la interpretación de resultados.
- Software específico para la programación de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Instalaciones, aparatos y elementos propios de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

Diseño de coreografías de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:

- Soporte musical. Velocidad y estilo en función del tipo de actividad especializada de acondicionamiento físico en grupo.
- Composición de coreografías, estilos y modalidades específicos de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Últimas tendencias.
- Estructura de la sesión en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Diseño de sesiones propias de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical. Modificación de coreografías para su adecuación al calentamiento, al núcleo principal de la sesión o a la vuelta a la calma.
- Metodología específica de enseñanza de coreografías de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Modificaciones técnicas para la transformación de coreografías de un estilo a otro.
- Variaciones y combinaciones específicas de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Medios audiovisuales. Medios informáticos. Representación gráfica y escrita de coreografías de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Diseño de la evaluación de la sesión.

Diseño de secuencias con máquinas cíclicas:

- Soporte musical. Velocidad y estilo de la música en función de la fase de la sesión de actividades con máquinas cíclicas.
- Composición de secuencias de actividades de acondicionamiento físico con máquinas cíclicas. Variables moduladoras de la intensidad. Modificación de los movimientos y ritmos de ejecución a las diferentes intensidades: subidas, bajadas y llanos.
- Modificación de las ejecuciones para su adecuación al calentamiento, al núcleo principal de la sesión o a la vuelta a la calma.
- Movimientos y ritmos de ejecución específicos de las actividades con máquinas cíclicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Variaciones y combinaciones específicas de las actividades con máquinas cíclicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- Modificaciones técnicas para la transformación de coreografías de un aparato a otro.
- Metodología específica del aprendizaje de los movimientos del Cicloindoor, el Kranking, el Crosstraining y las modalidades afines.



Dirección de sesiones de actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical:

- Mantenimiento operativo de los aparatos propios de las actividades con máquinas cíclicas.
- Sistemática de ejecución, estructura, variantes y errores de ejecución. Ejercicios de autocarga y con implementos, ejercicios de estiramiento y movilidad articular con aparatos, actividades cíclicas o coordinadas para la mejora cardiovascular. Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios. Contraindicaciones.
- Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos del aeróbic avanzado, el step, el aerobox, el hip hop, el cicloindoor, el kranking, el crosstraining y las modalidades afines. Pautas para detectarlos.
- Supervisión del uso de los materiales y aparatos.
- Estrategias de instrucción en las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical:
- Cicloindoor, kranking, crosstraining y modalidades afines.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programación, dirección y supervisión de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.

La concreción de la función de programación incluye aspectos como el análisis de las nuevas tendencias y de los perfiles de posibles participantes en este tipo de actividades, la previsión de los recursos necesarios y el diseño de coreografías apropiadas para el grupo de referencia.

La concreción de la función de dirección y supervisión incluye la transmisión de información, la aplicación de metodologías específicas, la corrección de errores, la adaptación de tareas y el control del uso de los espacios y de los materiales.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales g), j), k) y n) del ciclo formativo, y las competencias f), i) y l) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La incentivación de la creatividad y el aporte innovador.
- El trabajo cooperativo en grupo.
- La autoevaluación y la coevaluación.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:



- La actualización continua y la profundización de los conocimientos sobre las nuevas propuestas de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
- La elaboración de programas de mejora de la condición física, a través de actividades especializadas en grupo con soporte musical, adaptados a diferentes perfiles de participantes.
- Estudio práctico y elaboración de coreografías y ejercicios según diferentes estilos, modalidades y variantes más actuales de actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical enfocadas a diferentes perfiles de participantes.
- Experimentación con los materiales propios de las actividades especializadas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical y con el uso de materiales no específicos.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar, favoreciendo los aprendizajes en la programación, diseño y dirección de actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical, con diversos tipos de usuarios, así como su posterior evaluación. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto, cuidando las instalaciones y el material. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar.

**Módulo Profesional: Acondicionamiento físico en el agua.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 11**

**Código: 1151.**

**Duración: 105 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Analiza las características de las actividades de fitness acuático, relacionándolas con los procesos de adaptación que provocan en el organismo.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los aspectos de las actividades de fitness acuático.
- b) Se han descrito la técnica y los puntos clave para la realización de las actividades de fitness acuático.
- c) Se ha valorado el componente preventivo de los aspectos posturales de las actividades de fitness acuático.
- d) Se ha analizado la respuesta de los sistemas cardiorrespiratorio, metabólico y músculo-esquelético a los esfuerzos realizados en las actividades de fitness acuático.

39



- e) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.
  - f) Se han analizado los riesgos y las contraindicaciones absolutas y relativas a la práctica de las diferentes modalidades y estilos.
  - g) Se han relacionado las distintas actividades de fitness acuático con las posibles tipologías y niveles de las personas usuarias más habituales.
  - h) Se han relacionado las condiciones del medio acuático con los detalles técnicos y posturales de las actividades de fitness acuático.
2. Organiza los recursos implicados en los eventos y programas de fitness acuático y en el socorrismo acuático, definiendo criterios de versatilidad, eficacia y seguridad.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha relacionado la dotación del espacio acuático con los requerimientos de las actividades y los eventos de fitness acuático, a la luz de las últimas tendencias del sector.
  - b) Se han definido criterios para la organización de horarios de eventos y actividades de fitness acuático y la coordinación con otras áreas y técnicos, garantizando la seguridad y la optimización del uso de los espacios y materiales.
  - c) Se han previsto las gestiones para la celebración de eventos, competiciones, concursos y actividades de fitness acuático.
  - d) Se han valorado las condiciones de accesibilidad al espacio acuático para que puedan participar en las actividades de fitness acuático personas con problemas de movilidad.
  - e) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías en los elementos específicos de las actividades de fitness acuático en la dotación del espacio acuático.
  - f) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento del espacio acuático.
3. Programa actividades de fitness acuático, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los espacios de intervención.

Criterios de evaluación:

- a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa de fitness acuático y los medios disponibles.
- b) Se han establecido los niveles de esfuerzo de los programas, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades de fitness acuático.
- c) Se han previsto las ayudas necesarias para la participación de personas con discapacidad en actividades de fitness acuático.
- d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios necesarios para el desarrollo de eventos y programas de fitness acuático, valorando los objetivos de cada actividad y garantizando las condiciones de seguridad.
- e) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención a diferentes tipos de personas usuarias y la motivación.



- f) Se han definido los criterios de seguridad, adecuación y efectividad de un programa de fitness acuático y los factores que se deben tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución.
  - g) Se han descrito los indicadores, los instrumentos y las técnicas que determinan la evaluación de la calidad del servicio, tanto en el proceso como en el resultado.
  - h) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.
4. Diseña sesiones de fitness acuático, adaptándolas a los objetivos de referencia y a los medios disponibles.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha seleccionado el soporte musical que permite adaptar la realización de las actividades a los objetivos de la sesión de fitness acuático.
  - b) Se han aplicado los recursos específicos del fitness acuático para obtener variantes a partir de los pasos básicos, teniendo en cuenta los principios hidrodinámicos.
  - c) Se han aplicado criterios fisiológicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones y en la dinámica de la carga de cada fase de la sesión.
  - d) Se han definido los objetivos, el material, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
  - e) Se han establecido progresiones y adaptaciones de las secuencias coreografiadas y los pasos, movimientos y ejercicios, en función de la dificultad y de las características de las personas participantes.
  - f) Se han previsto adaptaciones en los materiales y accesos a las zonas de trabajo para favorecer la participación de personas con discapacidad.
  - g) Se han utilizado técnicas específicas de representación gráfica o escrita para recoger y registrar pasos, movimientos, ejercicios y composiciones de la sesión de fitness acuático.
  - h) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
5. Dirige las actividades de fitness acuático, adaptando la intervención a la dinámica de la actividad y del grupo.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha comprobado el estado de los elementos específicos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de fitness acuático.
- b) Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades de fitness acuático en condiciones de seguridad.
- c) Se ha proporcionado la información adaptada a cada momento del desarrollo de la actividad de fitness acuático y a cada perfil de participante, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso.
- d) Se han demostrado las actividades propuestas, aplicando las estrategias de instrucción más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios y las distintas secuencias y composiciones coreográficas.



- e) Se han corregido los errores detectados en los movimientos o las posturas, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos.
  - f) Se han aplicado estrategias de intervención en las actividades de fitness acuático que favorecen la participación y la desinhibición de las personas participantes.
  - g) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes, variando los espacios, el material, la música y la información que se transmite.
  - h) Se ha controlado el uso de los materiales y de los equipamientos y se han resuelto las contingencias surgidas.
  - i) Se han aplicado los instrumentos de evaluación de la sesión.
6. Aplica técnicas específicas de rescate en el medio acuático en casos simulados de accidente o situación de emergencia, siguiendo protocolos de salvamento y rescate.

Criterios de evaluación:

- a) Se han propuesto modificaciones para evitar o reducir los riesgos detectados en la aplicación del protocolo de supervisión de las posibilidades de peligro en una instalación acuática.
- b) Se han indicado las medidas que el socorrista debe adoptar ante las conductas potencialmente peligrosas de las personas usuarias de una instalación acuática.
- c) Se han definido los protocolos y las técnicas para el mantenimiento de las labores de vigilancia, prevención y actuación ante una modificación de las condiciones de salubridad del centro acuático y ante un accidente.
- d) Se ha diseñado el programa de ensayo y actuación de los protocolos de intervención ante diferentes tipos de víctimas, evacuación y otros.
- e) Se ha decidido la intervención y las maniobras que se han de realizar, valorando la situación de la supuesta persona accidentada, del resto de personas usuarias, de la instalación y de las propias condiciones.
- f) Se han utilizado los materiales adecuados al supuesto planteado en el desarrollo de las maniobras de entrada, aproximación, contacto, control, traslado y extracción.
- g) Se han realizado con seguridad y eficacia las siguientes técnicas:
  - Entradas al agua en función de la accesibilidad, la proximidad y las características del agua.
  - Técnicas natatorias de aproximación a la persona accidentada.
  - 300 metros de nado libre, vestido con pantalones y camiseta, en un tiempo máximo de ocho minutos.
  - Mantenerse flotando en el agua con los brazos alzados y con los codos por encima del agua, sin desplazarse.
  - Técnicas de sujeción y remolque de la víctima, manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
  - Zambullida de cabeza, más cincuenta metros de nado libre, más inmersión a una profundidad de dos metros como mínimo, para recoger un maniquí de competición y remolcarlo con una presa correcta durante cincuenta metros, realizándolo en un tiempo máximo de 3 minutos y 30 segundos.
  - Remolcar a una posible persona accidentada sin aletas, a lo largo de cien metros, realizando cuatro técnicas diferentes, en un tiempo máximo de 4 minutos.



- Remolcar a una persona accidentada, de peso y flotabilidad media, con aletas, a lo largo de cien metros, utilizando una sola técnica libre, en un tiempo máximo de 3 minutos y 45 segundos.
  - Realizar la extracción del agua de una posible persona accidentada consciente o inconsciente y sin afectación medular, conforme a los protocolos y aplicando la técnica correctamente, después de haberlo remolcado 100 metros.
  - Ante un supuesto, donde un compañero o una compañera simula ser una persona accidentada con afectación medular, realizar la extracción del sujeto, utilizando el material adecuado, organizando a un grupo de 2 ó 3 socorristas de manera acorde con los protocolos y aplicando las técnicas correctamente.
- h) Se ha realizado el análisis crítico y la evaluación de cada uno de los supuestos realizados, estableciendo propuestas de mejora de forma justificada.

**Contenidos:**

## Actividades de fitness acuático:

- Fitness acuático y actividades afines: historia del fitness acuático y su evolución (tendencias actuales).
- Fitness acuático básico y avanzado.
- Modalidades o tendencias del fitness acuático en aguas profundas y no profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, hip-hop acuático, aqua-running, aqua-bike aquabuilding, aqua step, aquastretching y ritmos latinos, entre otros. Nuevas tendencias.
- Movimientos específicos.
- Influencia del soporte musical.
- Perfiles de participantes clasificados por: edad, habilidades motrices, dominio del medio acuático.
- Elementos técnicos de las actividades de fitness acuático, sus variantes y actividades afines.
- Remadas, batidas, tijeras, y giros:
- Márgenes de adaptación a distintos perfiles de participantes:
  - o Técnicas de suspensión y desplazamiento. Ejecución y alineación segmentaria, postura, en flotación y en apoyo, apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas, cambio del centro de gravedad con material auxiliar y en función del peso y de la resistencia que el agua ejerce sobre dicho material, profundidad corporal y posición corporal.
  - o Recuperación de posiciones básicas y cambios de dirección. Factores que influyen en el movimiento corporal en el agua.
- Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos.
- Actividades afines: gestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas, gestos técnicos derivados del entorno de la danza, gestos técnicos y movimientos derivados de las gimnasias suaves.
- Contraindicaciones absolutas, relativas, o temporales de la práctica de las actividades de fitness acuático.
- Detección de signos de fatiga.
- Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios.
- Detección de signos de hipotermia.
- Detección de signos de alergia acuacriogénica.



- Adaptaciones orgánicas agudas y crónicas al esfuerzo en el medio acuático.
- Efectos de las distintas modalidades y tendencias del fitness acuático sobre la mejora de la condición física y la salud, (resistencia muscular, resistencia cardiovascular, fuerza muscular, flexibilidad, equilibrio, coordinación y relajación en el medio acuático).
- Medio acuático y movimiento.
- Efectos en las actividades de fitness acuático (el agua como fluido no Newtoniano):
  - o Flotación.
  - o Resistencia al movimiento.
  - o Termorregulación.
- Estabilización y desplazamientos en el medio acuático y respiración asociada:
  - o Posiciones en suspensión, deslizamiento, propulsiones, longitud y posición de las palancas, elementos facilitadores y dificultadores, movimientos y momentos para la respiración.
- Variables de los movimientos que condicionan la intensidad:
  - o Superficies de empuje, velocidad de ejecución, postura de trabajo (rebote, neutra, suspendida), amplitud del movimiento segmentario, planos de ejecución, desplazamiento por el espacio.
- Valoración de la intensidad del esfuerzo en el medio acuático: indicadores de la intensidad en el medio acuático. Escala de Borg, test del habla. Relación de la frecuencia cardíaca con la intensidad en el medio acuático.

#### Organización de actividades de fitness acuático:

- Instalaciones y materiales para la práctica de fitness acuático y para el socorrismo acuático:
  - o Instalaciones: tipos y características (entre otras): Funcionalidad, temperatura ambiente y del agua, tipo de suelo y tipo de vaso, entre otros.
  - o Barreras arquitectónicas y adaptación de las instalaciones.
  - o Normativa sobre construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas.
- Criterios para la optimización del uso y disfrute de las instalaciones acuáticas en condiciones de máxima seguridad. Organización, de los tiempos de práctica y de los espacios. Eventos, competiciones y concursos para la promoción y la difusión de las actividades de fitness acuático; requisitos de realización.
- Material auxiliar para el desarrollo de eventos y actividades de fitness acuático: de flotación individual (cinturones, cilindros y chalecos, entre otros) de inmersión (aros, picas y anillas, entre otros), de lastre (tobilleras, cinturones, etc.), de resistencia (bandas elásticas, manoplas, planchas y halteras, mancuernas, entre otros), steps, bicicletas estáticas materiales hinchables y aletas, entre otros. Pautas de utilización del material y los aparatos de fitness acuático y actividades afines. Precauciones que se deben tener en cuenta en la utilización de los aparatos y el material tipo y los errores de manipulación más frecuentes.
- Supervisión y mantenimiento de materiales utilizados en actividades de fitness acuático y en socorrismo acuático: Inventario. Ubicación de los materiales y condiciones de almacenamiento. Anomalías más frecuentes de los aparatos y material tipo. Proceso para su detección y corrección.
- El puesto de salvamento:
  - o Materiales de vigilancia.
  - o Otros materiales de salvamento acuático: de comunicación, de alcance, de contacto, de apoyo, de extracción y evacuación.



- De exploración (pulsioxímetro, glucómetro, lactatómetro, esfingomanómetro, fonendoscopio).
- De tratamiento: botiquín fijo y móvil.
- Su mantenimiento.
- Fichas para el registro de incidencias en las instalaciones y equipamientos.
  - Modelos de fichas y sus campos.
- Indumentaria y accesorios necesarios para una práctica segura y confortable de las actividades de fitness acuático y del socorrismo acuático.
- Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones acuáticas:
  - Criterios básicos de prevención y seguridad aplicables en las actividades de fitness acuático.
  - Riesgos asociados a las conductas de las personas en la práctica de actividades en el medio acuático.
  - Sistemas de seguridad y supervisión de los aparatos y máquinas de una instalación acuática.
  - Normativa sobre construcción y mantenimiento de las instalaciones para el fitness acuático.
  - Legislación básica sobre seguridad y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas.
  - Requisitos de seguridad básicos que deben cumplir los espacios para la realización de actividades de fitness acuático. Legislación en vigor.
- Responsabilidades del técnico y del socorrista: aspectos de seguridad de su competencia relativos al estado de las instalaciones, los equipamientos y el material. Legislación en vigor.
- Capacidades natatorias del técnico socorrista acuático:
  - Dominio del medio acuático en medio natural y artificial: (piscinas, parques acuáticos, ríos, pantanos, mar, aguas helada, aguas en calma, aguas bravas, etc.).
  - Dominio del nado en superficie con y sin ropa.
  - Dominio del nado en profundidad con y sin ropa con control absoluto de tiempos de apnea.
  - Dominio del nado con material de socorrismo acuático específico (pequeño y grande) o de fortuna.
  - Dominio de múltiples técnicas de natación con y sin acción de remolcado.
  - Dominio de diferentes técnicas de flotación en el medio acuático.
  - Dominio de estrategias de búsqueda de accidentados sumergidos en diferentes tipos de medio acuático.

Programación en actividades de fitness acuático:

- Organización de recursos en fitness acuático.
  - Interacción y coordinación de oferta de actividades de fitness acuático.
  - Zonas de servicios auxiliares, zonas de trabajo secas y vasos.
- Elementos de la programación.
  - Técnicas de programación en el ámbito del fitness acuático.
  - La funcionalidad como factor de programación.
  - La mejora ejecutoria motriz como factor de modificación de programación previa.
- Evaluación de los programas de fitness acuático.
- Programas de fitness acuático:



- Programas de mejora de la resistencia:
    - Con y sin aparatos,
    - Con y sin soporte musical;
  - Programas de mejora del tono y la fuerza muscular;
    - Con y sin aparatos.
    - Con y sin soporte musical.
  - Programas de mejora de la amplitud de movimiento.
  - Programas mixtos: elaboración y progresión secuencial.
  - Interpretación de informes de valoración.
  - Orientaciones de los programas y perfiles de las personas usuarias.
  - Análisis y retroalimentaciones oportunas.
  - Manipulación de variables del esfuerzo (volumen/ intensidad), en los programas de fitness acuático.
  - Medidas complementarias al programa de fitness acuático:
    - Técnicas recuperadoras en el medio acuático.
      - La relajación y la descarga articular.
  - Planificación y organización de eventos de fitness acuático:
    - Tipos de eventos característicos en el fitness acuático,
      - Personal y funciones.
      - Documentación y publicidad.
      - Sistemas de juego y concursos.
      - Actos protocolarios, normas y reglamentos.
      - Técnicas de animación en fitness acuático.
      - Recompensas y premios.
  - Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas,
    - Software específico de acondicionamiento físico.
    - Programas de mejora de la condición física aplicados al fitness acuático.
    - Adaptaciones.
    - Ofimática adaptada.
  - Fitness acuático y necesidades especiales:
    - Tipos de disfuncionalidad asumibles en actividades de fitness acuático.
      - Adaptación de las actividades,
      - Contraindicaciones (totales, parciales y temporales).
      - Factores limitantes del movimiento en función del tipo de discapacidad y posibilidades de participación en actividades de fitness acuático.
    - Características psicoafectivas de personas con discapacidad: motora, psíquica y sensorial.
  - Recursos de intervención en el ámbito del fitness acuático:
    - Orientaciones generales para la adaptación de medios y equipos,
    - Adaptación de juegos y actividades recreativas.
- Diseño de sesiones en fitness acuático:
- La sesión de fitness acuático.
    - Estructura: calentamiento, núcleo principal (ejercicios, secuencias y composiciones coreográficas), vuelta a la calma.
    - Características de las fases de la sesión en fitness acuático y variantes: Calentamiento: tareas de activación, estructura y progresión.



- Parte principal: trabajo en umbrales de mejora, estructura y progresión, ejercicios y coreografía y elementos de equilibrio psicofísico.
- Vuelta a la calma: bajada de las constantes a valores iniciales (tono muscular, frecuencia cardíaca y respiratoria, aspectos de activación psicológica), modalidades.
- Aspectos clave en la prevención de lesiones:
  - Antecedentes personales.
  - Límites individuales.
  - Factores externos propios de la instalación y los materiales.
  - Respeto a las normativas.
- Representación gráfica y escrita.
  - Nomenclatura específica.
  - Técnicas específicas de representación gráfica y escrita para transcribir pasos, movimientos de brazos, giros, orientación, desplazamientos y composiciones del fitness acuático y sus actividades afines.
  - Modelos y soportes más adecuados.
  - Recursos de escritura y dibujo.
  - Medios audio- visuales, medios informáticos.
  - Catálogo de secuencias y composiciones coreográficas.
- Dificultad coordinativa y niveles de intensidad de los ejercicios y las coreografías en el fitness acuático:
  - Número de elementos o series de las secuencias de ejercicios y las coreografías de una sesión.
  - Uso de materiales.
- Composiciones coreográficas:
  - Variaciones y combinaciones con los ejercicios, pasos, enlaces y movimientos básicos.
  - Variaciones en la profundidad, la orientación, la ocupación espacial, los desplazamientos, los cambios de ritmo, los giros, los movimientos de brazos, el uso de apoyos a la flotación, la longitud de palancas y la superficie de empuje, entre otros.
- La música en el fitness acuático:
  - Estilos, cadencias adaptadas al trabajo en el agua.
  - Variaciones en función de la profundidad.
  - Aplicaciones de la música para su uso abierto o cerrado.
- Metodología de enseñanza de secuencias/composiciones coreográficas:
  - Posición inicial, agarres, movimientos básicos, figuras, enlaces, posición final.
  - Técnicas, métodos y estilos de enseñanza: modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas, modelo libre, modelos coreografiados, modelos complejos, modelos avanzados y nuevas tendencias en fitness acuático.
- Proceso de instrucción-enseñanza en actividades de fitness acuático:
  - Diversificación de niveles, análisis de la tarea, sistemas y canales de comunicación, modelos de interacción con la persona usuaria, información inicial o de referencia, conocimiento de la ejecución y de los resultados.
  - Adaptaciones para personas con discapacidad.
  - Estrategias de motivación hacia la ejecución.
  - Refuerzo de la percepción de logro.
  - Técnicas de comunicación:



- Verbal.
  - Lenguaje gestual.
- Normas básicas de seguridad a tener en cuenta en las sesiones de fitness acuático: Posición de los participantes y distancias entre ellos en cada ejercicio, posibles incidencias en los materiales y equipamientos.

#### Dirección de actividades de fitness acuático.

- Intervención en eventos de promoción del fitness acuático:
  - o Control de accesos, aforos y servicios complementarios.
  - o Atención a los participantes.
  - o Evaluación de la actividad.
- Confección de grupos:
  - o Grupos por niveles de condición física y capacidades perceptivo-motrices.
  - o Ajuste de actividades a los diferentes niveles.
  - o Estrategias de diversificación de actividades dentro del grupo.
- Reproducción y adaptación de coreografías:
  - o Adecuación a diferentes profundidades.
  - o Versatilidad, orientación, desplazamientos, cambios de ritmo, intensidad y estilos.
  - o Distribución de encadenamientos.
  - o Uso de materiales, variaciones de velocidad de la música, profundidad y situación de apoyo o suspensión/flotación.
- Técnicas de instrucción de fitness acuático:
  - o Aplicación en situaciones de atención individual y en grupo, intervenciones con ayudas manuales y mecánicas, entre otros.
- Progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas:
  - o Enseñanza mediante adición, bloques, patrón complementario, pirámide, variación y sustitución, entre otros.
- Utilización de diferentes códigos comunicativos:
  - o Códigos verbales y gestuales.
  - o Aplicación de estrategias de superación de interferencias ambientales.
  - o Técnicas de comunicación con personas con discapacidad.
  - o Adaptación del soporte, la cantidad y tipo de información en función de perfiles de personas participantes.
- Localización de errores posturales y de ejecución, y aportado de soluciones.
  - o Consignas que ayudan a reinterpretar sensaciones.
  - o Aportación de información sobre la ejecución.
    - Verbal.
    - Gestual.
    - Adivisual.
  - o Estrategias de motivación hacia la ejecución.
- Sistemática de ejecución de los movimientos, pasos y combinaciones de fitness acuático:
  - o Ejercicios de tonificación, (auto-carga y con implementos); ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos y con aparatos; actividades cíclicas o coordinadas para la mejora cardiovascular en el medio acuático.

#### Técnicas de rescate en instalaciones acuáticas:



- Situaciones de riesgo más frecuentes en el medio acuático:
  - o Prácticas de riesgo: conductas inapropiadas, zambullidas peligrosas, apneas forzadas, actividad con sobreesfuerzos, juegos descontrolados, entre otras.
  - o Rescates sin conocimientos ni recursos suficientes.
  - o Incumplimiento de normas e indicaciones del servicio de socorrismo.
  - o Ausencia de protección y vigilancia.
  - o Percepción inadecuada del riesgo.
- Protocolos de supervisión de la instalación acuática: elementos que hay que revisar, orden y periodicidad de la supervisión y jerarquización de los riesgos.
- Características del agua y consideraciones relativas a ropa, calzado y lesiones específicas en el medio acuático:
  - o Lesiones específicas en el medio acuático:
    - Lesiones producidas por calor y por frío,
    - Traumatismos en el medio acuático,
    - Heridas y otras lesiones producidas por el agua en piel, ojos, oídos, nariz y boca.
    - Reacciones alérgicas.
  - o Ropa y calzado en el medio acuático: temperatura, pesos y tiempos:
    - Improvisación de flotadores con ropa.
    - La ropa como elemento de protección frente a hipotermias o al accidentado
    - La ropa como elemento de inmovilización o de arrastre del accidentado.
  - o Técnicas para quitarse la ropa y el calzado en el medio acuático.
  - o Ropa y calzado específicos y adecuados para el trabajo en el medio acuático.
    - Tipos de neoprenos.
- El socorrismo acuático:
  - o Objetivos, posibilidades y límites de actuación.
  - o Socorrista: perfil, actitudes y aptitudes, funciones.
  - o Responsabilidad civil y penal.
  - o Coordinación con otros u otras profesionales.
  - o Normativas de referencia.
  - o Enfermedades profesionales, riesgos de actuación y prevención de riesgos.
- Protocolos de actuación y planes de emergencia:
  - o De prevención.
  - o De vigilancia.
  - o De comunicación.
  - o De traslado.
  - o De evacuación.
- La vigilancia.
  - o Puestos, normas y técnicas de vigilancia: Ubicación del puesto, vigilancia estática y/o dinámica, técnicas de vigilancia acuática, estrategias de control de la zona, turnos de vigilancia, aspectos psicológicos (estrés y desgaste psíquico, estrategias de control del estrés). La fatiga como factor en la vigilancia.
- Organización del socorrismo: percepción del problema (elementos esenciales en la percepción), análisis de la situación, toma de decisiones, ejecución de las acciones de rescate, intervención prehospitalaria ante los cinco grados de ahogamiento y ante posibles lesionados medulares.
- Técnicas específicas de rescate acuático:
  - o De localización, puntos de referencia y composición de lugar.



- De entrada, en el agua, técnicas.
- De aproximación a la víctima.
- De toma de contacto, control y valoración de la víctima, y zafaduras si ha lugar.
- De traslado en el medio acuático (con y sin material específico o de fortuna y su uso).
- De manejo de la víctima traumática en el agua (con y sin materiales específicos o de fortuna y su uso).
- De extracción de la víctima.
- De evacuación.
- Coordinación con otros recursos.
- De reanimación en el agua.
- Manejo del material de rescate acuático:
  - Material de pequeño tamaño: tipos y usos
  - Material de gran tamaño: tipos y usos.
- Entrenamiento específico de los sistemas de remolque en salvamento acuático:
  - La patada de braza-espalda,
  - El over simple,
  - Manejo de víctima consciente e inconsciente,
  - Tipos de agarres a la víctima en el transporte.
- Aspectos psicológicos en la fase crítica del rescate:
  - Accidentado cooperador.
  - Accidentado en pánico.
  - Conducta de la persona que cree ahogarse: Actitudes y respuesta del socorrista.
  - Manejo de la situación.
  - Pautas para la evaluación de las acciones de salvamento y rescate (adaptación psicológica del proceso: percepción, decisión, ejecución.).

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programar, organizar, diseñar, dirigir y evaluar las actividades de fitness acuático para todo tipo de personas usuarias y enfocadas a la salud.

La concreción de las funciones de programar, organizar, diseñar y dirigir incluye aspectos relacionados con:

- El conocimiento de las características de las personas usuarias, el contexto de intervención y las posibilidades de adaptación de las condiciones de práctica.
- La definición y secuenciación de las intervenciones.
- La organización de los recursos, tanto materiales como de instalaciones.
- La definición y elaboración de memorias, informes y protocolos.

La concreción de la función de evaluación incluye aspectos relacionados con el diseño y aplicación de los procedimientos de valoración de la intervención, así como la propuesta de mejoras, aplicando criterios de calidad.

Las actividades profesionales asociadas a estas funciones se aplican en contextos de práctica de servicios de acondicionamiento físico y cuidado corporal en el medio acuático. Su

50



actividad se desarrolla en piscinas convencionales, piscinas naturales, parques acuáticos, centros SPA e instalaciones afines.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales a), b), c), d), f), g), j), k), n), o) y p) del ciclo formativo, y las competencias a), b), c), e), f), i), l), n) y ñ) del título.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- El análisis de las características específicas de las personas usuarias a las que se va a dirigir el programa, del contexto donde se va a aplicar y de las instituciones implicadas.
- Estudio práctico de las actividades de fitness acuático, relacionándolas con los perfiles de las personas participantes, sus necesidades y expectativas.
- Elaboración de programas de acondicionamiento físico a través de actividades de fitness acuático, ajustando frecuencia, volumen, intensidad, densidad, metodología y selección de los ejercicios.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas del fitness acuático.
- Experimentación con los materiales propios de las actividades de fitness acuático y con el uso de materiales no específicos.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La incentivación de la creatividad y aporte innovador del alumnado.
- La participación desinhibida del alumnado, su autonomía y su capacidad para el trabajo, la autoevaluación y la coevaluación.
- El uso de una comunicación empática de calidad con las personas y los grupos.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar, favoreciendo los aprendizajes y la conducción de las actividades físico-deportivas de acondicionamiento físico en el agua a diversos tipos de usuarios. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto, cuidando las instalaciones, equipamiento y el material. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar. Por cuanto el medio acuático, es un medio hostil para el ser humano, el comportamiento en él debe ser ejemplar de cara a evitar cualquier situación de peligro, por lo que se deben evitar todo tipo de actuaciones que por acción u omisión generen un aumento de accidentes.



**Módulo Profesional: Técnicas de hidrocinesia.**  
**Equivalencia en créditos ECTS: 8**  
**Código: 1152.**  
**Duración: 128 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Analiza los movimientos característicos de las actividades de hidrocinesia, valorando su implicación en la mejora funcional.

Criterios de evaluación:

- a) Se han establecido criterios para determinar el nivel de autonomía en el medio acuático que posibilite el desarrollo de las actividades de hidrocinesia.
  - b) Se han fundamentado los puntos críticos de los movimientos característicos en hidrocinesia, valorando su aportación en la mejora funcional específica.
  - c) Se han definido los márgenes de amplitud e intensidad que no deben ser superados en los movimientos y en los ejercicios para prevenir lesiones.
  - d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.
  - e) Se han valorado técnicas y acciones complementarias a las realizadas en las actividades de hidrocinesia para optimizar el resultado de los protocolos específicos.
  - f) Se han interpretado símbolos y esquemas gráficos utilizados para representar movimientos y ejercicios relacionados con la hidrocinesia.
  - g) Se han relacionado las condiciones del medio acuático con los detalles técnicos y posturales de las actividades de hidrocinesia.
  - h) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los diferentes aspectos de las actividades de hidrocinesia.
2. Supervisa y prepara el espacio de intervención y los medios materiales, asegurando su buen estado y correcto funcionamiento dentro de los parámetros de uso seguro y eficiente en las actividades de hidrocinesia.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado el estado del espacio acuático y de los equipamientos necesarios para el desarrollo de actividades de hidrocinesia.
  - b) Se han establecido procedimientos para la manipulación, el tratamiento, el almacenaje y el inventario de los recursos materiales existentes para la hidrocinesia.
  - c) Se han establecido procedimientos para detectar y corregir anomalías en los elementos específicos, los materiales y los equipos utilizados en actividades de hidrocinesia.
  - d) Se han garantizado las condiciones de accesibilidad a la instalación y al espacio de práctica, valorando los elementos que pueden suponer barreras arquitectónicas y estableciendo las ayudas técnicas.
  - e) Se ha comprobado el estado de los medios y los recursos propios de los protocolos de seguridad y de prevención de riesgos en su área de responsabilidad.
3. Elabora protocolos de hidrocinesia para el cuidado corporal, adecuándolos a las necesidades y expectativas de distintas tipologías de personas usuarias.



Criterios de evaluación:

- a) Se han relacionado las actividades específicas de hidrocinesia con las características y los déficits de funcionalidad de los perfiles de personas usuarias concretas.
  - b) Se han formulado objetivos intermedios y finales de los protocolos de hidrocinesia, valorando los registros de nivel funcional, motivacional y de condición física y biológica de las personas usuarias.
  - c) Se han seleccionado actividades, ejercicios y técnicas específicas de hidrocinesia, en función de sus efectos y del momento de aplicación.
  - d) Se ha determinado la distribución temporal de cargas y ejercicios en función de la evolución estimada.
  - e) Se han determinado los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de hidrocinesia y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.
  - f) Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que deben emplearse en los ejercicios de hidrocinesia.
  - g) Se han establecido pautas para optimizar las relaciones interpersonales entre quienes participan en las actividades de hidrocinesia, promoviendo su integración.
  - h) Se han utilizado técnicas de documentación, redacción, registro y presentación de los protocolos de hidrocinesia.
4. Dirige sesiones de hidrocinesia, instruyendo y aplicando técnicas específicas de apoyo conforme a la estructura y metodología expresadas en el protocolo de referencia.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha proporcionado información sobre la estructura y finalidad de la sesión, sobre los aspectos generales de prevención y los que facilitan la realización de los ejercicios.
  - b) Se ha explicado la ejecución, los objetivos y la utilización de los materiales en los ejercicios, resaltando las sensaciones que deben percibirse, los límites que no se deben sobrepasar, las pautas para la recuperación y los posibles errores de ejecución.
  - c) Se ha demostrado el uso y manejo de los aparatos y del material y la ejecución de los diferentes ejercicios, así como la aplicación de las ayudas manuales en los casos en los que resulten necesarias.
  - d) Se han adaptado los parámetros de las actividades de hidrocinesia, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a los límites de seguridad que requiere cada perfil de participante.
  - e) Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución.
  - f) Se han detectado signos y síntomas de fatiga, sobrecarga y dolor durante la ejecución de los ejercicios.
  - g) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de los materiales por parte de las personas participantes.
  - h) Se ha utilizado una metodología en la práctica que favorece la participación y la desinhibición.
5. Evalúa el proceso y los resultados obtenidos en el desarrollo de protocolos de hidrocinesia, verificando la calidad del servicio, el grado de consecución de los objetivos y la satisfacción de quienes han participado.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han definido los parámetros para evaluar el desarrollo de la sesión de actividades de hidrocinesia, atendiendo a los objetivos previstos en la programación.
- b) Se han seleccionado instrumentos de evaluación del progreso, de la evolución, de los resultados, del grado de satisfacción y de la motivación en actividades de hidrocinesia.
- c) Se han determinado los instrumentos, las técnicas y la secuencia temporal de evaluación del proceso y del resultado, en función de las características de cada protocolo de hidrocinesia y de las previsiones de evolución.
- d) Se han registrado e interpretado los datos obtenidos, utilizando técnicas estadísticas elementales.
- e) Se han planteado propuestas de mejora de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de la interpretación de los datos.
- f) Se han elaborado memorias del procedimiento de evaluación desarrollado, según un modelo establecido y en soportes informáticos.
- g) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento del espacio acuático.

**Contenidos:****Análisis de los movimientos de hidrocinesia:**

- Programas de hidrocinesia:
  - o Vinculación con las aplicaciones terapéuticas, jerarquía de responsabilidades.
  - o Condiciones de desenvolvimiento en el medio para la práctica en hidrocinesia.
  - o Adquisición y recuperación de las capacidades condicionales y coordinativas en hidrocinesia.
  - o La respuesta sistémica en los programas de hidrocinesia.
- Fundamentos de hidrocinesia:
  - o Campo de aplicación y contraindicaciones.
  - o Efectos de las actividades de hidrocinesia sobre las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
  - o Uso específico de las propiedades del medio acuático en los programas de hidrocinesia.
  - o Teoría de fluidos.
  - o La temperatura del agua como fuente de sensaciones de bienestar y grado de relajación.
  - o La presión hidrostática, la viscosidad y el estímulo hidrocínético como fuentes de mejora del retorno venoso, sensaciones de descarga articular, estimulación, facilitación o resistencia de movimientos.
- Técnica de los movimientos característicos de hidrocinesia.
  - o Aspectos clave: localización muscular, fases, amplitud, dirección, ritmo, intensidad.
- Movimientos, tipos:
  - o Activos, pasivos, resistidos, forzados.
  - o Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos.
  - o Papel del animador en los movimientos activos, pasivos, resistidos y forzados.
- Fatiga en las actividades y ejercicios propios de la hidrocinesia.
  - o Síntomas y signos de fatiga general y localizada.
  - o La sobrecarga muscular por repetición: medidas y acciones de descarga.



- Condiciones de seguridad. Sensaciones corporales en el medio acuático.
- Colectivos diana en las actividades de hidrocinesia, estudio de características biológicofuncionales en:
  - o Mujeres embarazadas, personas mayores de 50 años, personas obesas, estrés, afecciones del raquis, afecciones osteoarticulares y post rehabilitación, entre otros.
  - o Disfunciones habituales.
  - o Desarrollo, evolución e involución motriz y orgánica.
- Fundamentos de psicología y de sociología en hidrocinesia:
  - o Necesidades de atención especiales; motivación, interacción y evolución de la actitud en actividades de hidrocinesia; agua y salud mental.
- Cuidado corporal a través del agua:
  - o Termalismo, baños a presión, medio acuático y necesidad humana de movimiento.
- Técnicas y aplicaciones complementarias en los protocolos de hidrocinesia en función de los diferentes tipos:
  - o Tipos de baños:
    - Según temperatura (fríos, calientes, de temperatura ascendente, bitérmicos).
    - Según la técnica empleada (simples, parciales, de vapor, de remolino, galvánicos o de Stanger, hidromasaje termal).
  - o Tipos de duchas: babosa, de lluvia, filiforme, escocesa bitérmica y nebulizada.
  - o Tipos de chorros: sin presión, de presión y subacuático.
  - o Tipos de envolturas: frías, húmedas calientes, emplastos y compresas.
  - o Abluciones, talasoterapia, técnicas SPA, técnicas de masaje de preparación y de recuperación, sauna y jacuzzi, entre otros.

#### Supervisión y preparación de instalaciones y recursos en hidrocinesia.

- Espacio acuático para las actividades de hidrocinesia.
  - o Accesibilidad y funcionalidad.
  - o Requisitos de seguridad.
  - o Adaptación de espacios acuáticos convencionales.
  - o Temperatura ambiente y del agua (legislación en vigor), tipo de suelo y tipo de vaso, entre otros.
- Fichas para el registro de incidencias en las instalaciones y equipamientos.
- Recursos y materiales específicos y de apoyo complementario:
  - o Accesorios que aumentan la flotabilidad:
    - Burbujas de corcho, manguitos, boyas, tablas de natación, flotadores cervicales, churros, barras-boya y flotamanos, entre otros.
  - o Accesorios que generan resistencia por su flotabilidad:
    - Aletas, guantes de natación, paletas de mano, tablas de pies y otros.
  - o Accesorios que generan resistencia por su peso:
    - Campanas, mancuernas, pesas y otros.
  - o Combinación de accesorios de flotación y aparatos estabilizadores.
  - o Ayudas técnicas.
- Conservación y mantenimiento:



- Procedimientos de supervisión y mantenimiento de materiales utilizados en actividades de hidrocinesia.
- Condiciones de almacenamiento.
- Anomalías más frecuentes de los aparatos y material tipo.
- Proceso para su detección y corrección.
- Responsabilidades del técnico: aspectos de seguridad de su competencia relativos al estado de las instalaciones, los equipamientos y el material.
- Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones acuáticas.
- Legislación básica sobre seguridad y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas.

Elaboración de protocolos de hidrocinesia:

- Diseño de protocolos de hidrocinesia.
  - Protocolos generales (prescripciones preventivas).
  - Protocolos de perfil (niveles, movimientos y técnicas específicas).
  - Protocolos de necesidad.
- Determinación de objetivos:
  - Planificación de actividades acuáticas y de técnicas complementarias.
  - Determinación del seguimiento y evaluación del protocolo.
  - Registro documental.
  - Proceso de instrucción, evolución y mejora.
- Adecuación de protocolos según perfil del usuario: mujeres embarazadas, personas mayores de 50 años, personas obesas, estrés, afecciones del raquis, afecciones osteoarticulares y post rehabilitación, entre otros).
- Valoración funcional. Pruebas específicas e interpretación de informes.
- Ejercicios en el medio acuático para la mejora de la propiocepción, la tonificación muscular, la flexibilidad y la resistencia cardiovascular.
  - Desarrollo, aplicaciones, posibles contraindicaciones y adaptaciones en las actividades de hidrocinesia.
  - Gimnasia de la actitud postural en el medio acuático, contraindicaciones de aplicación de las actividades acuáticas en la recuperación/estabilización funcional.
- Distribución de los ejercicios.
  - Duración e intensidad del esfuerzo en el trabajo de hidrocinesia.
  - Recuperación y capacidad de concentración.
- Ayudas técnicas para déficits de funcionalidad.
- Técnicas manipulativas.
  - Posiciones de seguridad, elementos y ayudas auxiliares para prevenir daños o lesiones.
- Estrategias de motivación hacia la ejecución.
  - Refuerzo de la percepción de logro.
  - Técnicas de comunicación.
  - La reproducción gestual del ejercicio y el lenguaje gestual.
- Nomenclatura específica. Técnicas específicas de representación gráfica y escrita.

Dirección y dinamización de actividades de hidrocinesia:



- Técnicas de comunicación en la dirección y dinamización de actividades de hidrocinesia.
  - o Aplicación de sistemas y estilos.
  - o Códigos verbales y gestuales.
  - o Cantidad y tipo de información en función del tipo de actividad.
- Espacios y materiales.
  - o Descripción, demostración y supervisión del uso del material.
  - o Adaptación de materiales.
  - o Mantenimiento operativo.
  - o Diseño de entornos de trabajo.
- Técnicas de dirección de actividades.
  - o Ubicación y desplazamiento del técnico y del grupo, control de participación de las personas usuarias, interacción técnica/participante, previsión de incidencias y control de la contingencia.
  - o Diversificación de actividades y adaptación por niveles dentro del grupo. Estrategias de motivación.
- Localización de errores posturales y de ejecución. Información sobre conocimiento de la ejecución y de los resultados.
  - o Detección de la fatiga general y localizada.
  - o Consignas que ayudan a reinterpretar sensaciones.
- Adaptación de los factores de la prescripción en hidrocinesia a partir del protocolo de referencia. Intensidad, volumen, densidad, carga de entrenamiento y recuperación. Principios del entrenamiento deportivo: progresión, especificidad, etc.
  - o Ejercicios, variantes y técnicas manipulativas en las actividades de hidrocinesia. Ejecución, demostración y descripción de movimientos característicos.
  - o Ayudas: manuales, mecánicas, visual y medios audiovisuales.
- Adaptación de las técnicas específicas de hidrocinesiterapia:
  - o Método de Bad Ragaz. Fijación del participante, dirección y control de los parámetros de los ejercicios.
  - o Tai Chi: Realización de las técnicas de taichí adaptadas al medio acuático.
  - o PNF acuático.
  - o Solverborn acuático.
  - o Técnicas de dirección de ejercicios activos, asistidos o resistidos.
  - o Feldenkrais acuático. Integración funcional en el agua.
  - o Método Halliwick. Aplicación de desestabilizaciones y movimientos de rotación al participante.
  - o Movimientos Watsu. Movilizaciones pasivas.

#### Evaluación y seguimiento en hidrocinesia:

- Procedimientos y pautas de aplicación de instrumentos de evaluación en hidrocinesia.
  - o Confección de plantillas de registro.
  - o Protocolos de aplicación. Periodicidad de los controles.
- Parámetros e indicadores en la evaluación de la programación de la sesión.
  - o Idoneidad de las actividades en relación con los objetivos, adecuación de los espacios, medios previstos, entre otros.
- Parámetros e indicadores de la ejecución.



- Eficacia de estrategias de instrucción, motivación y refuerzo, certeza en la detección y corrección de errores y feedback suplementario del técnico,
- Rentabilidad de las ayudas y apoyos utilizados y coherencia de las adaptaciones realizadas, entre otros.
- Parámetros e indicadores del nivel de seguridad.
- Valoración del resultado y del proceso: evolución y mejora de las adaptaciones funcionales y control de la calidad del servicio.
- Registro, tratamiento estadístico e interpretación de datos: soportes informáticos aplicados a la evaluación de los programas.
- Memorias de evaluación. Confección de memorias y elaboración de propuestas de mejora.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programación, dirección, supervisión y evaluación de actividades de hidrocinesia.

La concreción de la función de programación incluye aspectos como:

- El análisis de los perfiles de las personas participantes.
- La adecuación a las mismas de las diferentes actividades.
- La previsión de recursos.
- La prescripción de los ejercicios para cada caso.

La concreción de la función de dirección y supervisión incluye aspectos como:

- La transmisión de la información.
- La aplicación de metodologías específicas.
- La adaptación de lo programado.
- El control del uso de los espacios y de los materiales.
- La corrección de la ejecución.
- La adopción de medidas de seguridad.

La concreción de la función de evaluación incluye aspectos como:

- La preparación de los instrumentos necesarios para la toma de datos.
- El registro y el tratamiento de los mismos.
- La formulación de propuestas de mejora para los programas de actividades de hidrocinesia.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales b), e), h), l) y ñ) del ciclo formativo, y las competencias a), d), g), j) y m) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.



- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La creatividad y el aporte innovador, incentivando los procesos de búsqueda y las técnicas de indagación e investigación.
- La participación del alumnado y su autonomía, así como su capacidad para el trabajo cooperativo en grupo, la autoevaluación y la coevaluación.
- Un clima de confianza grupal que permita la implicación desinhibida y constructiva.
- El uso de una comunicación empática de calidad con las personas y los grupos.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Análisis de las características específicas de las personas usuarias a las que se va a dirigir el programa, del contexto donde se va a aplicar y de las instituciones implicadas.
- Estudio práctico, en las actividades y ejercicios, de los diferentes métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, relacionándolos con las características de las personas participantes, sus necesidades y expectativas.
- Elaboración de programas, proyectos y actividades de hidrocinesia que organicen y secuencien los procedimientos de intervención, teniendo en cuenta las necesidades, los intereses y las motivaciones de las personas usuarias, las características de las instituciones donde se desarrolla la intervención y los recursos y las instalaciones, siendo congruentes y adaptadas, en su caso, a las posibles prescripciones médicas o posibles discapacidades.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas de los distintos métodos de hidrocinesia.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar, favoreciendo los aprendizajes y la conducción de las actividades hidrocinéticas a diversos tipos de usuarios. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que el alumnado proyecte una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a todas las personas, y por supuesto, cuidando las instalaciones, equipamiento y el material. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar. Por cuanto el medio acuático, es un medio hostil para el ser humano, el comportamiento en él debe ser ejemplar de cara a evitar cualquier situación de peligro por lo que se deben evitar todo tipo de actuaciones que por acción u omisión puedan generar un aumento de accidentes.

**Módulo: Control postural, bienestar y mantenimiento funcional.**  
**Equivalencia en créditos ECTS: 12**  
**Código: 1153.**  
**Duración: 192 horas**



**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Programa actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional relacionándolas con los perfiles de las personas usuarias y con los recursos disponibles.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha analizado la técnica de los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y los efectos de la práctica continuada de los mismos sobre las personas.
  - b) Se han planteado los objetivos de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de características funcionales, motivacionales y de condición física y biológica.
  - c) Se han diseñado procedimientos para valorar la competencia perceptivo-motriz y la capacidad de concentración y relajación, relacionados con el aprendizaje y la ejecución de técnicas de control postural.
  - d) Se han establecido criterios para configurar los grupos de los programas, respetando la proporción participantes/técnicos y las características de las personas usuarias.
  - e) Se han establecido las necesidades de espacio, el equipamiento básico, el material auxiliar y los apoyos y las ayudas que se precisan para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo al nivel funcional de los diferentes perfiles de personas usuarias.
  - f) Se han determinado los recursos humanos necesarios para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - g) Se han propuesto adaptaciones de los espacios de práctica para practicantes con limitaciones en su autonomía personal.
2. Supervisa y prepara el espacio de intervención y los medios materiales para desarrollar actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, valorando los parámetros de uso.

Criterios de evaluación:

- a) Se han establecido las características y condiciones de la sala y los equipamientos para el desarrollo de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- b) Se ha comprobado el estado de los medios y los recursos propios de los protocolos de seguridad y de prevención de riesgos en su área de responsabilidad.
- c) Se han establecido procedimientos para detectar y corregir anomalías en los elementos específicos, los materiales y los equipos utilizados en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- d) Se han diseñado las adaptaciones en el material y en el equipo tipo que permitan desarrollar actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional a personas con discapacidad.
- e) Se han garantizado las condiciones de accesibilidad a la instalación y al espacio de práctica, valorando los elementos que pueden suponer barreras arquitectónicas y estableciendo las ayudas técnicas.



3. Diseña sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, de acuerdo a la programación de referencia.

Criterios de evaluación:

- a) Se han definido los objetivos, el material necesario con sus adaptaciones, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.
  - b) Se han relacionado los efectos de mejora de funcionalidad de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional con las características y los déficits de funcionalidad de perfiles de personas usuarias.
  - c) Se han aplicado criterios fisiológicos, de compensación y de motivación en la secuencia de los ejercicios de la sesión de control postural, respetando las pautas de recuperación que garanticen las condiciones de concentración y de seguridad.
  - d) Se han establecido adaptaciones y progresiones de ejecución de los ejercicios de control postural, en función del modelo biomecánico y de una práctica personalizada que permita la participación de personas con limitaciones en su autonomía personal.
  - e) Se ha especificado la ubicación del técnico durante la práctica para facilitar un continuo feedback al practicante.
  - f) Se han establecido las técnicas manipulativas de fijación, corrección y movilidad pasiva que, en su caso, deben emplearse en los ejercicios de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - g) Se han determinado el espacio, los medios y las ayudas técnicas necesarias en las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional y las adaptaciones que permiten la participación en las mismas a las personas con discapacidad.
4. Dirige sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha proporcionado información sobre los objetivos, las posibles adaptaciones de las técnicas propuestas, la dinámica de la sesión, los requerimientos de indumentaria y las cuestiones relacionadas con la seguridad.
- b) Se ha explicado la utilización de las máquinas y los materiales y la ejecución de los ejercicios, resaltando los aspectos relevantes y los beneficios derivados de su práctica.
- c) Se han adaptado los parámetros de las actividades, ajustando el nivel de ejecución de los ejercicios a las características de la persona practicante.
- d) Se han utilizado las técnicas específicas para la corrección de errores de ejecución, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos, en función del tipo de actividad.
- e) Se han proporcionado directrices que permiten a la persona participante la adaptación de los materiales auxiliares que utiliza en los ejercicios, para ajustar la intensidad a sus propias características y a la correcta ejecución.
- f) Se ha utilizado una metodología que favorece la participación y la desinhibición.
- g) Se ha supervisado el cumplimiento de las recomendaciones de uso de las máquinas, los aparatos y los materiales por parte de las personas participantes.



5. Evalúa las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, verificando la calidad del servicio, el grado de consecución de los objetivos y la satisfacción de las personas participantes.

Criterios de evaluación:

- a) Se han definido indicadores de evaluación de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo a los objetivos previstos en la programación de referencia.
- b) Se han seleccionado instrumentos para valorar el grado de satisfacción y motivación de la persona practicante y la calidad del servicio.
- c) Se han descrito y aplicado los procedimientos de evaluación de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, atendiendo tanto al proceso como a los resultados.
- d) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.
- e) Se han registrado e interpretado los datos obtenidos, utilizando técnicas estadísticas elementales.
- f) Se han planteado propuestas de mejora de los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, a partir de la interpretación de los datos.
- g) Se han elaborado memorias del procedimiento de evaluación desarrollado, siguiendo un modelo establecido y utilizando soportes informáticos.

**Contenidos:**

Programación de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional:

- Principios de aplicación y ámbitos de mejora de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Neurofisiología del control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Actitud postural. Control postural. Tono postural. Reflejos posturales. Elementos que actúan sobre la postura. Consciencia corporal, fortalecimiento muscular y flexibilización. Ergonomía postural.
- Identificación y gestión de las zonas corporales que intervienen en la respiración. Tipos de respiración. Identificación, gestión y adaptación de las fases respiratorias. Consciencia del ritmo respiratorio. Control y educación del acto respiratorio. Integración del ritmo respiratorio en actividades físico-deportivas.
- Ámbitos de actuación de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Impacto de las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional en las estructuras anatómicas y en la auto percepción y la autoestima
- Elaboración de programas de control postural, bienestar y mantenimiento en ámbitos y contextos específicos; adecuación y respuestas específicas a las necesidades y expectativas de los usuarios practicantes.
- Técnica y biomecánica aplicada a las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional: estática y dinámica articular, cinética respiratoria, cadenas musculares. La atención corporal como base de la propiocepción, consciencia corporal y mindfulness. Concepto de dinámica compensatoria. Concepto de tenseguridad miofascial. Variables que determinan la tensión/relajación.

62



- Aplicación de programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Desestabilizaciones y disfunciones posturales. Alteraciones morfológicas y funcionales de la columna vertebral.
- Pruebas de acciones estáticas y dinámicas para valorar los niveles propioceptivos y exteroceptivos relacionados con la postura; pruebas de control en acciones estáticas y dinámicas de las funciones posturales y de estabilización.
- Criterios de configuración de grupos. Criterios para adaptar las actividades a los diferentes perfiles.
- Perfiles de los participantes en programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Afinidades entre las disfunciones posturales y los déficits de funcionalidad.
- Planificación de los recursos humanos necesarios para la organización de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Materiales y equipamiento específico. Adaptaciones a los diferentes perfiles de las personas usuarias.
- Orígenes y evolución de los métodos y disciplinas relacionados con la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional. Vertiente preventiva de los programas. Modalidades y aplicaciones:
  - o Gimnasia correctiva. La individualización de los programas. Reeduación y compensaciones posturales. La anatomía del movimiento.
  - o Taichí. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Método Pilates. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Yoga. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Método Alexander. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Body Rolling. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Estiramientos de cadenas musculares. Historia, objetivos y principios aplicados hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Relajación. Historia, objetivos y técnicas utilizadas hacia la corrección postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Otros métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
  - o Mindfulness- Postura Corporal. Fundamentos básicos. Evidencias científicas. Consciencia corporal: posturas saludables y correctas. Consciencia de las características posturales propias y ajenas. Toma de consciencia, ajuste y adaptación de la postura en el desarrollo de la actividad física. Atención plena en la respiración: identificación, gestión y adaptación de la propia inspiración y espiración, apneas y el proceso natural.
  - o Otras técnicas. Fundamentos y técnicas.
- Adaptación de las actividades, de los espacios y equipamientos para la participación de personas con limitación personal o discapacidad en sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.

Supervisión y preparación de espacios y recursos en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional:



- Supervisión de los espacios y las instalaciones para actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Características y condiciones adecuadas de los espacios para la práctica de las aplicaciones de la gimnasia correctiva, el taichí y el método Pilates, entre otras. Espacios habituales, alternativos y adaptados. Riesgos característicos de las instalaciones y equipamientos para actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones. Normativa sobre seguridad y prevención de riesgos en instalaciones.
- Sistemas de control del estado de los aparatos y equipamientos. Aspectos significativos para la seguridad en el uso de aparatos y equipamientos en actividades de gimnasia control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Materiales tradicionales, materiales actuales y materiales adaptados. Mantenimiento preventivo, operativo y correctivo.
- Adaptaciones de los accesos, espacios, de los equipamientos y materiales para la práctica de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional para personas con discapacidad.
- Procedimientos de supervisión del estado de los vigentes protocolos de seguridad. Medidas generales en prevención de riesgos laborales de seguridad en el trabajo.

Diseño de sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional:

- Criterios de diseño de sesiones de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Estructura de la sesión: activación, parte principal y vuelta a la calma.
- Actividades orientadas al desarrollo postural equilibrado y funcional. Propuestas progresivas orientadas a la implementación de nuevos esquemas posturales en la vida diaria. Adaptación a cada una de las técnicas o disciplinas.
- Distribución del esfuerzo y la recuperación en el trabajo miofascial, neuromuscular y en la capacidad de concentración.
- Métodos y disciplinas relacionados con el control postural, bienestar y mantenimiento funcional. Fundamentación fisiológica, funcional y psicológica. Metodología, y estrategias didácticas específicas de cada método o disciplina. Propuestas metodológicas para las actividades individualizadas y para las actividades en grupo
  - o Gimnasia correctiva. Análisis de los repertorios de ejercicios según disfunciones específicas y progresiones planificadas. Sistemas de control de la evolución de las disfunciones posturales.
  - o Taichí. Rutinas, ritmo de ejecución, respiración. Efectos de la aplicación de la secuencia.
  - o Método Pilates. Rutinas. Niveles. Efectos de los ejercicios. Estrategias para el refuerzo propioceptivo en cada ejercicio, consignas y terminología específica.
  - o Yoga. Rutinas, ejecución, respiración. Efectos de la aplicación de la técnica.
  - o Método Alexander. Guía hacia el equilibrio y la libertad natural del cuerpo para aprender a moverse con más facilidad. Efectos de la aplicación del método.
  - o Body Rolling. Técnica y protocolos. La creación de espacios.
  - o Estiramiento de cadenas musculares. Técnica y protocolos. Hacia el despertar de la consciencia corporal.
  - o Relajación. Respiración. Técnicas y protocolos.



- Mindfulness. Postura corporal. Prácticas formales centradas en la atención plena de la respiración, body scan, práctica de los 3 minutos, prácticas atendiendo a las sensaciones, emociones y sentimientos.
- Otros métodos. Técnica y protocolos.
- Variables implicadas en los ejercicios: alineamiento, equilibrio, estabilización, grados y planos de movilidad, tipo y control de las acciones miofasciales, ritmos de ejecución, toma de consciencia corporal, compensación, fases respiratorias, uso de materiales y aparatos como ayuda, simplificación o desafío.
- Adaptaciones de los espacios, equipamientos y en las ayudas técnicas necesarias en las actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional que permiten la participación de personas con discapacidad.
- Estrategias de motivación hacia el procedimiento y ejecución. Refuerzos hacia la percepción de objetivo.
- Proceso hacia el reequilibrio postural.
  - Percepción de la disfunción.
  - Trabajo para la mejora del equilibrio articular y miofascial.
  - Disociación de sinergias.
  - Consciencia perceptiva del equilibrio y mejora de esquema corporal.
  - Concienciación experiencial del nuevo esquema postural.
  - Incorporación del nuevo esquema postural hacia gestos estáticos y dinámicos de la vida diaria.
- Incorporación del esquema postural a los gestos estáticos y dinámicos de la vida diaria.
- Rol que desempeña el técnico en el diseño de sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional para facilitar el aprendizaje del usuario practicante
- Técnicas de comunicación. Adecuación del lenguaje, tono, y respeto adaptado hacia la conducción eficaz en las distintas técnicas y usuarios. Reconocimiento y utilización del lenguaje gestual y corporal. Lectura del lenguaje corporal.
- Normas básicas de seguridad en las sesiones de control postural. Posición y distancias entre los participantes en cada ejercicio. Posibles incidencias en la utilización de materiales y equipamientos.

Dirección de sesiones de control postural, bienestar y mantenimiento funcional:

- Ejercicios, variantes, adaptaciones, progresiones y técnicas avanzadas en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional adecuados a los objetivos del programa o sesión planificada.
- Descripción, demostración, aplicación, utilización de terminología técnica específica:
  - Gimnasia correctiva. Ejercicios para disfunciones posturales de la columna vertebral, para descompensaciones musculares, para falta de flexibilidad y para falta de tono, entre otros. Progresiones y adaptaciones a diferentes niveles. Movilizaciones pasivas, correcciones y fijaciones, Control de la evolución de las disfuncionalidades posturales.
  - Taichí. Ejercicios y formas de abertura de articulaciones y estiramiento de músculos y tendones, ejercicios para centrar la atención y la respiración. La secuencia de posiciones y movimientos. Ejercicios de estiramiento, de relajación y de respiración, sentados estirados.
  - Método Pilates. Posturas y rutinas con y sin materiales, niveles. Ejercicios en máquinas Pilates. Consignas y adaptaciones propias del método.



- Yoga. Posturas, rutinas, adaptaciones al método.
  - Método Alexander. Actividades de aprovechamiento del propio peso, de consciencia del espacio propio y del espacio compartido; reconocimiento de los propios hábitos de postura y movimiento. Integración de los procesos de reflexión. Efectos de la aplicación del método.
  - Body Rolling. Rutinas por cadenas musculares. Adaptación de la postura según usuario. Elección y uso de la pelota y presión según capacidad y objetivos. La estimulación ósea.
  - Relajación. Situación de reposo muscular. Control voluntario de la tensión/distensión. Relajación mental. Efectos sobre el cuerpo.
  - Estiramiento de cadenas musculares. Las posturas. La conducción hacia la postura dentro del principio de unidad miofascial, en posiciones descarga y practicando la entrega y la consciencia corporal. La liberación de la respiración.
  - Mindfulness. Postura corporal. Práctica y estudio de series de ejercicios corporales, clasificados con fines pedagógicos en series de movimientos y posturas de manera consciente.
  - Otros métodos.
- Intervenciones con las personas participantes en actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional: atención individualizada y grupal, intervenciones mediante ayudas respetuosas, adaptaciones en la postura con materiales y posiciones de seguridad. Diversificación de actividades y adaptación por niveles dentro del grupo. Estrategias de motivación y orientación.
  - Adaptación de las técnicas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional según los perfiles de los participantes usuarios.
  - Supervisión constante en la correcta ejecución y en la utilización segura de las máquinas, equipamientos y materiales. Realización de manera potencialmente segura la planificación.
  - Identificación de errores posturales y de ejecución. Información sobre el procedimiento para la ejecución y de los resultados previsibles. Detección de la fatiga general y localizada. Interpretar la molestia o dolor como información para definir la progresión del proceso correctivo. Consignas que promuevan a reinterpretar la información propioceptiva.
  - Utilización correcta de aparatos, equipamientos e indumentaria adecuada para actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional: descripción, demostración y mantenimiento operativo.
  - Aplicación de sistemas y estilos de comunicación específicos en la dirección y dinamización de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional que favorecen la información de los objetivos, la técnica que se va a desarrollar, los procedimientos a utilizar, además de la participación y la desinhibición de las personas usuarias. Códigos verbales y gestuales. Uso y lectura. Educación hacia la consciencia corporal.
  - Modelos de intercambio de información según perfiles de las personas usuarias y los tipos de actividad.
  - Técnicas de comunicación con personas con discapacidad. Aplicación de estrategias de superación de barreras ambientales.

Evaluación de programaciones de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento

66



funcional:

- Evaluación de las programaciones de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional atendiendo a los objetivos planificados. Objetivos del programa como referente de evaluación, indicadores y criterios.
- Procedimientos y pautas para la aplicación de instrumentos de evaluación. Momentos del programa en los que se aplican. Protocolos.
- Instrumentos para la evaluación de las sesiones, del proceso y de los resultados del programa. Elaboración de plantillas de registro para la observación de las sesiones, eficacia y actuaciones del técnico en la aplicación de las propuestas sobre control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Instrumentos para la evaluación de la participación en las actividades dirigidas, motivación y satisfacción del usuario practicante. Elaboración de plantillas de registro.
- Control de las soluciones ante contingencias y uso de las instalaciones y equipamiento. Elaboración de plantillas de registro de datos.
- Registro, tratamiento estadístico e interpretación de los datos. Soportes informáticos aplicados al tratamiento de datos. Protección de datos personales.
- Establecimiento de conclusiones como valoración definitiva de la idoneidad de las actividades realizadas en relación con las necesidades inicialmente planteadas para el usuario practicante, de los recursos utilizados, de la metodología utilizada, motivación, satisfacción y medidas de seguridad establecidas en el proceso.
- Memorias de evaluación. Confeción de de memorias como documento base y elaboración de propuestas de mejora. Modelos y estructura para su elaboración. Utilización de soportes informáticos.
- Integración de la demostración de los elementos técnicos, con la observación de la ejecución técnica de los participantes, la detección de errores y la comunicación de consignas.
- Modelo de las progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas.
- Modelos complejos. Modelos avanzados. Nuevas tendencias.
- Autonomía personal. Técnicas de comunicación.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desempeñar las funciones de programación, dirección, supervisión y evaluación de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.

La concreción de la función de programación incluye aspectos como:

- El análisis de los perfiles de posibles participantes en los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- La relación de métodos con los diferentes perfiles de participantes.
- La previsión de los recursos necesarios.
- El establecimiento de la carga de trabajo que cada participante necesita.

La concreción de la función de dirección y supervisión incluye aspectos como:



- La transmisión de información.
- La aplicación de metodologías específicas.
- La corrección de errores.
- La adaptación de tareas.
- El control del uso de los espacios y de los materiales.

La concreción de la función de evaluación incluye aspectos como:

- La preparación de los instrumentos necesarios para la toma de datos.
- El registro y tratamiento de los mismos.
- La formulación de propuestas de mejora para los programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales b), d), h), l) y ñ) del ciclo formativo, y las competencias a), d), g), j), m) y n) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- La simulación de condiciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con diferentes instituciones.
- Intervenciones prácticas en contextos reales.
- La creatividad y el aporte innovador, incentivando los procesos de búsqueda y las técnicas de indagación e investigación.
- La participación del alumnado y su autonomía, así como su capacidad para el trabajo cooperativo en grupo, la autoevaluación y la coevaluación.
- Un clima de confianza grupal que permita la implicación desinhibida y constructiva.
- El uso de una comunicación empática de calidad con las personas y los grupos.

Las actividades de aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- Profundización en el conocimiento de las disfunciones posturales más frecuentes, susceptibles de ser mejoradas desde programas de actividades de control postural desarrolladas en el ámbito de responsabilidad del técnico superior en acondicionamiento físico.
- Estudio práctico de las actividades y de los ejercicios de los diferentes métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, relacionándolos con las características de los participantes, sus necesidades y expectativas.
- Elaboración de programas de actividades de control postural, bienestar y mantenimiento funcional, ajustando la dosis de trabajo adecuada respecto a los objetivos planteados y a los parámetros recomendados en cuanto a frecuencia, volumen, intensidad, densidad, metodología y selección de los ejercicios.
- Puesta en práctica de las metodologías específicas de los distintos métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.
- Experimentación con los materiales propios de las actividades de control postural bienestar y mantenimiento funcional y con el uso de materiales no específicos en la



aplicación de los principios de los métodos de control postural, bienestar y mantenimiento funcional.

Resulta imprescindible que el alumnado adquiera unos hábitos profesionales adecuados, y que muestre una actitud acorde con el puesto que va a desempeñar. Por ello, se debe hacer especial incidencia en que estos proyecten una imagen profesional, mostrando actitudes de compromiso y puntualidad, cumpliendo los planes de trabajo asignados, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos, cumpliendo las directrices de sus coordinadores, respetando a las personas, y por supuesto, cuidando instalaciones y equipamiento. Es importante utilizar un vocabulario y un tono adecuado al contexto, así como adoptar hábitos saludables, y ser críticos con las prácticas nocivas para la salud, acorde a las demandas del entorno laboral en el que se van a integrar.

**Módulo: Didáctica aplicada al acondicionamiento físico**

**Código: A139**

**Duración: 96 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Analiza la complejidad de las tareas motrices y los mecanismos que se ponen en juego en las mismas, aislando las dificultades y proponiendo secuencias de movimientos más sencillos que favorecen la ejecución, la motivación y el cumplimiento del objetivo propuesto.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han analizado los distintos modelos de enseñanza en el acondicionamiento físico, atendiendo a las principales teorías que los sustentan y las posibilidades que ofrecen para la dinamización en las actividades de acondicionamiento físico.
  - b) Se han diferenciado los elementos de la tarea motriz que tienen que ver con el mecanismo de percepción, con el mecanismo de decisión y con el mecanismo de ejecución.
  - c) Se han discriminado las características de los usuarios que influyen en los procesos de aprendizaje de actividades de acondicionamiento físico.
  - d) Se ha valorado la necesidad de adecuar la dificultad de los aprendizajes de tareas motrices a los momentos madurativos de los usuarios, y a sus posibles limitaciones de carácter físico, psíquico o sensorial
2. Elabora programas de acondicionamiento físico, relacionando los elementos que lo componen.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han analizado los distintos contextos públicos y privados donde se promocionan y desarrollan programas de acondicionamiento físico.
- b) Se ha justificado los programas propuestos de acondicionamiento físico en función de las características y necesidades del contexto donde se desarrollan.
- c) Se han establecido objetivos en función de los distintos grados de concreción del programa de acondicionamiento físico.



- d) Se han definido criterios de secuenciación en el programa de acondicionamiento físico, estableciendo diferentes fases dentro del mismo programa, potenciando la progresión, la seguridad, y la viabilidad del programa
  - e) Se ha seleccionado la metodología más adecuada en función del tipo de actividades de acondicionamiento físico y del grupo de referencia al que va dirigido.
  - f) Se han adecuado los programas de acondicionamiento físico a la diversidad de las características de los usuarios.
3. Interacciona con su grupo de usuarios, estableciendo disposiciones espaciales, así como dinámicas y rutinas adecuadas, organizando los recursos implicados en los programas de acondicionamiento físico de modo eficaz y eficiente.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la colocación más idónea del técnico respecto a los usuarios
  - b) Se han analizado las diferentes disposiciones del grupo de usuarios en el espacio de práctica, tanto en modo estático como en modo dinámico.
  - c) Se han analizado los diferentes canales de comunicación entre el técnico y su grupo.
  - d) Se ha valorado la importancia de la información transmitida por el técnico en las distintas fases del programa y de la sesión.
  - e) Se han definido materiales específicos o adaptados, en función de las características de los programas de acondicionamiento físico.
  - f) Se han determinado los materiales, los espacios y los tiempos, de acuerdo con las unidades de trabajo del programa de acondicionamiento físico.
  - g) Se ha definido la organización de las personas, de los materiales, del tiempo y del espacio como recursos propios del acondicionamiento físico.
  - h) Se han concretado los materiales, espacios, organización y tiempos de práctica, atendiendo a las características de los usuarios.
  - i) Se ha valorado la importancia de generar entornos seguros de práctica en los programas de acondicionamiento físico.
4. Diseña progresiones de acondicionamiento físico, relacionándolas con el tipo de actividad y el grupo de referencia.

Criterios de evaluación:

- a) Se han ordenado las tareas en función de los perfiles de dificultad.
  - b) Se han establecido progresiones en las tareas en función de los tipos de contenidos.
  - c) Se han previsto adaptaciones de las tareas en función del desarrollo motor, de la capacidad de abstracción y de las motivaciones de los diferentes tipos de usuarios.
  - d) Se ha valorado la coherencia de las progresiones con los objetivos de la programación.
  - e) Se ha establecido el papel del técnico y de los usuarios en la realización de las tareas.
  - f) Se ha valorado la necesidad de establecer progresiones en las actividades de acondicionamiento físico, para facilitar aprendizajes en los usuarios.
5. Evalúa el programa de acondicionamiento físico, especificando los indicadores que permiten su optimización.

Criterios de evaluación:

- a) Se han contrastado modelos de evaluación de procesos de acondicionamiento físico

70



- b) Se han establecido los criterios para elaborar instrumentos de evaluación del nivel de condición física de los usuarios en distintos momentos del programa.
  - c) Se han establecido los instrumentos para comprobar la eficacia y eficiencia (funcionalidad y adecuación) de los espacios y recursos empleados.
  - d) Se han determinado sistemas de valoración del nivel de cumplimiento de los objetivos previstos.
  - e) Se han definido fórmulas de propuestas de cambios que solucionen los desajustes detectados en la evaluación.
  - f) Se han concretado situaciones y elementos para la discusión e interpretación de datos.
  - g) Se ha valorado la importancia de mantener una actitud permanente de mejora en la eficacia y calidad del servicio.
6. Muestra un estilo profesional adecuado, reconociendo e identificando sus funciones, cumpliendo el plan de trabajo asignado con compromiso y puntualidad, participando de modo activo en las diferentes actividades, trabajando en equipo con otros técnicos y con sus coordinadores, y respetando a todo el personal, a los usuarios, a las instalaciones y al material.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han analizado las conductas adecuadas que debe tener un técnico en el ejercicio de sus funciones y la importancia de la imagen proyectada para la profesión
- b) Se ha incidido en la importancia de cumplir el plan de trabajo asignado, cumpliendo los horarios, y los plazos establecidos en las tareas encomendadas
- c) Se ha valorado la participación activa del técnico en el diseño y realización de las diferentes actividades, así como el uso del vocabulario y del tono adecuado.
- d) Se ha valorado la capacidad de integrarse en equipos de trabajo, colaborando con otros técnicos y cumpliendo directrices de sus coordinadores.
- e) Se ha valorado el respeto a todas las personas, a las instalaciones y a los materiales.
- f) Se ha incidido en la importancia de adoptar hábitos saludables, siendo críticos con las prácticas nocivas para la salud.

**Contenidos:**

**Análisis de la dificultad de las tareas motrices:**

- Aprendizaje de las habilidades motrices.
- Implicación de los mecanismos de realización de las acciones motrices.
- Desarrollo motor. Características de las etapas. Implicación con el aprendizaje motor.
- Análisis de tareas y estrategias en la práctica. Características, tipos, condiciones de realización y niveles de dificultad.

**Elaboración de programas de acondicionamiento físico:**

- Contextos de práctica del acondicionamiento físico: clubes deportivos, gimnasios, servicios municipales y/o comarcales, y grandes complejos deportivos, entre otros.
- Modelos didácticos de intervención.



- Estilos de enseñanza: directivos y de búsqueda. Posibilidades que ofrecen dentro del mundo del acondicionamiento físico.
- Elementos básicos del programa de acondicionamiento físico.
- Estrategias de dinamización y factores que intervienen. Atención a la diversidad de usuarios con diferentes programas adaptados.
- Tipos de información en los programas de acondicionamiento físico.
- Funciones del técnico en los programas de acondicionamiento físico

Interacción con los usuarios y organización de los recursos para acondicionamiento físico:

- Posibles disposiciones espaciales del técnico respecto a los usuarios. Ventajas e inconvenientes de cada una.
- Posibles disposiciones de los usuarios en el espacio. Ventajas e inconvenientes de cada una.
- Desplazamientos dinámicos de los usuarios en actividades de acondicionamiento físico.
- La comunicación del técnico con los usuarios. Canales principales (visuales, sonoros, kinestésico-táctiles...). Implicaciones de cada uno de ellos.
- La información inicial, durante la actividad y al final de la actividad. Refuerzos positivos, negativos y el feedback.
- Organización de materiales específicos y adaptados para la práctica de actividades de acondicionamiento físico.
- Control de contingencias durante las actividades de acondicionamiento físico.

Diseño de progresiones de acondicionamiento físico:

- Criterios de secuenciación y temporalización de las tareas de acondicionamiento físico
- Criterios para ordenar las rutinas y tareas de acondicionamiento físico
- Actividades de acondicionamiento físico atendiendo a las características del usuario: desarrollo motor, edad, motivaciones y nivel de abstracción, entre otros.
- Roles del técnico y los usuarios en la realización de las tareas.

Evaluación del proceso de acondicionamiento físico:

- Modelos, técnicas e instrumentos de evaluación de programas de acondicionamiento físico.
- Indicadores de evaluación de la condición física:
  - o Instrumentos de evaluación: test, cuestionarios, pruebas médicas, hojas de observación, entrevistas, fichas de registro, software específico, entre otros.
- Memorias e informes de evaluación. Fundamentos de las propuestas de mejora: discusión e interpretación de datos.
- Beneficios que aporta para el usuario la programación especializada, el seguimiento pormenorizado y la evaluación de su práctica, como herramienta de control de su salud y de su condición física.

El Técnico de Acondicionamiento Físico:

- Funciones del técnico de acondicionamiento físico.



- Estilos personales e imagen de los técnicos: diferentes tipologías y estilos. Ventajas e inconvenientes de cada uno de ellos.
- Actitudes imprescindibles del técnico.
  - o Cumplimiento del plan de trabajo, de directrices superiores, de horarios, de plazos en las tareas encomendadas.
  - o Participación activa y trabajo en equipo.
  - o Respeto y cuidado de usuarios, compañeros, resto del personal, instalaciones y materiales.
  - o Uso del vocabulario y del tono adecuado, realización de aportaciones constructivas
- Adopción de hábitos saludables: higiene, actividad física, dieta equilibrada, entre otras.
- Actitud crítica con el consumo de alcohol, de tabaco, de otras sustancias perjudiciales, de productos de adelgazamiento, y de otras prácticas nocivas para la salud, como las dietas estrictas, entre otras.

#### ***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación científico-didáctica necesaria para que el alumnado sea capaz de desempeñar sus funciones del modo más adecuado posible, integrado dentro de una organización pública o privada. Funciones como el diseño, la programación y la evaluación de actividades de acondicionamiento físico, respetando las características del usuario, su salud, sus condicionantes de edad, condición física, o experiencias previas serán de vital importancia.

La concreción de la función de diseño y programación incluye aspectos relacionados con:

- El conocimiento de las características de los usuarios y los contextos de intervención.
- La definición y secuenciación de las intervenciones.
- La programación de la intervención y la evaluación.
- La programación de la organización de los recursos.
- La definición y/o elaboración de la memoria, informes y protocolos, entre otros.

La concreción de la función de evaluación incluye aspectos relacionados con el diseño de la valoración de la intervención, aplicando criterios de calidad a sus intervenciones.

Las actividades profesionales asociadas a estas funciones se desarrollarán en contextos tan diversos como clubes deportivos, gimnasios, servicios municipales o comarcales, grandes complejos deportivos, balnearios, spas, piscinas públicas y privadas, entre otros.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales a), c), e), t), u) y w) del ciclo formativo, y las competencias a), b), n), p) y r) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza- aprendizaje que permitan alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:



- Una fase, previa al diseño de la intervención, de análisis de las características específicas de las personas a las que va dirigida, de los contextos donde se va a aplicar y de las características de las instituciones.
- El diseño y elaboración de programas, proyectos y actividades que organicen y secuencien los procesos de intervención, teniendo en cuenta las características de las instituciones donde se desarrolla la intervención, los destinatarios implicados y los recursos.

Finalmente, el diseño de los procesos evaluativos de la intervención, para conseguir una óptima calidad en sus intervenciones.

Todas estas líneas tendrán en cuenta las siguientes estrategias para un mejor desarrollo de los aprendizajes:

- La simulación de situaciones de práctica.
- Las visitas y colaboraciones con instituciones.
- El trabajo en grupo, la creatividad y la autoevaluación del trabajo desarrollado.
- La reflexión crítica conjunta sobre las propias actuaciones.

Dado el carácter transversal de este módulo profesional y que se sustenta en la interacción con los aprendizajes adquiridos en otros módulos profesionales, se hace imprescindible la coordinación con el profesorado que imparte las enseñanzas de otros módulos profesionales.

**Módulo Profesional: Proyecto de acondicionamiento físico.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 5**

**Código: 1154.**

**Duración: 40 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Identifica necesidades del sector productivo, relacionándolas con proyectos tipo que las puedan satisfacer.

Criterios de evaluación:

- a) Se han clasificado las empresas del sector por sus características organizativas y el tipo de producto o servicio que ofrecen.
- b) Se han caracterizado las empresas tipo indicando la estructura organizativa y las funciones de cada departamento.
- c) Se han identificado las necesidades más demandadas a las empresas.
- d) Se han valorado las oportunidades de negocio previsibles en el sector.
- e) Se ha identificado el tipo de proyecto requerido para dar respuesta a las demandas previstas.
- f) Se han determinado las características específicas requeridas en el proyecto.
- g) Se han determinado las obligaciones fiscales, laborales y de prevención de riesgos, y sus condiciones de aplicación.

74



- h) Se han identificado posibles ayudas o subvenciones para la incorporación de las nuevas tecnologías de producción o de servicio que se proponen.
  - i) Se ha elaborado el guion de trabajo que se va a seguir para la elaboración del proyecto.
2. Diseña proyectos relacionados con las competencias expresadas en el título, incluyendo y desarrollando las fases que lo componen.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha recopilado información relativa a los aspectos que van a ser tratados en el proyecto.
  - b) Se ha realizado el estudio de viabilidad técnica del mismo.
  - c) Se han identificado las fases o partes que componen el proyecto y su contenido.
  - d) Se han establecido los objetivos que se pretenden conseguir, identificando su alcance.
  - e) Se han previsto los recursos materiales y personales necesarios para realizarlo.
  - f) Se ha realizado el presupuesto económico correspondiente.
  - g) Se han identificado las necesidades de financiación para la puesta en marcha del mismo.
  - h) Se ha definido y elaborado la documentación necesaria para su diseño.
  - i) Se han identificado los aspectos que se deben controlar para garantizar la calidad del proyecto.
3. Planifica la ejecución del proyecto, determinando el plan de intervención y la documentación asociada.

Criterios de evaluación:

- a) Se han secuenciado las actividades ordenándolas en función de las necesidades de su desarrollo.
  - b) Se han determinado los recursos y la logística necesaria para cada actividad.
  - c) Se han identificado las necesidades de permisos y autorizaciones para llevar a cabo las actividades.
  - d) Se han determinado los procedimientos de actuación o ejecución de las actividades.
  - e) Se han identificado los riesgos inherentes a la ejecución, definiendo el plan de prevención de riesgos y los medios y equipos necesarios.
  - f) Se ha planificado la asignación de recursos materiales y humanos y los tiempos de ejecución.
  - g) Se ha hecho la valoración económica que da respuesta a las condiciones de su puesta en práctica.
  - h) Se ha definido y elaborado la documentación necesaria para la ejecución.
4. Define los procedimientos para el seguimiento y control en la ejecución del proyecto, justificando la selección de variables e instrumentos empleados.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha definido el procedimiento de evaluación de las actividades o intervenciones.
- b) Se han definido los indicadores de calidad para realizar la evaluación.
- c) Se ha definido el procedimiento para la evaluación de las incidencias que puedan presentarse durante la realización de las actividades, su posible solución y registro.



- d) Se ha definido el procedimiento para gestionar los posibles cambios en los recursos y en las actividades, incluyendo el sistema de registro de los mismos.
- e) Se ha definido y elaborado la documentación necesaria para la evaluación de las actividades y del proyecto.
- f) Se ha establecido el procedimiento para la participación de las personas usuarias clientes en la evaluación y se han elaborado los documentos específicos.
- g) Se ha establecido un sistema para garantizar el cumplimiento del pliego de condiciones del proyecto, cuando este existe.

#### ***Orientaciones pedagógicas;***

Este módulo profesional complementa la formación establecida para el resto de los módulos profesionales que integran el título en las funciones de análisis del contexto, diseño del proyecto y organización de la ejecución.

La función de análisis del contexto incluye las subfunciones de recopilación de información sobre oferta de actividades de acondicionamiento físico en el entorno de referencia, identificación de necesidades y estudio de viabilidad.

La función de diseño del proyecto tiene como objetivo establecer las líneas generales para dar respuesta a las necesidades planteadas, concretando los aspectos relevantes para su realización. Incluye las subfunciones de definición del proyecto, planificación de la intervención y elaboración de la documentación.

La función de organización de la ejecución incluye las subfunciones de programación de actividades, gestión de recursos y supervisión de la intervención.

Las actividades profesionales asociadas a estas funciones se desarrollan en el sector del fitness.

La formación del módulo se relaciona con la totalidad de los objetivos generales del ciclo y de las competencias profesionales, personales y sociales del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo están relacionadas con:

- La ejecución de trabajos en equipo.
- La responsabilidad y la autoevaluación del trabajo realizado.
- La autonomía y la iniciativa personal.
- El uso de las tecnologías de la información y de la comunicación.

**Módulo Profesional: Formación y orientación laboral.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 5**

**Código: 1155.**

**Duración: 96 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Selecciona oportunidades de empleo, identificando las diferentes posibilidades de inserción y las alternativas de aprendizaje a lo largo de la vida.

## Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la importancia de la formación permanente como factor clave para la empleabilidad y la adaptación a las exigencias del proceso productivo.
  - b) Se han identificado los itinerarios formativo-profesionales relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
  - c) Se han determinado las aptitudes y actitudes requeridas para la actividad profesional relacionada con el perfil del título.
  - d) Se han identificado los principales yacimientos de empleo y de inserción laboral para el técnico superior en acondicionamiento físico.
  - e) Se han determinado las técnicas utilizadas en el proceso de búsqueda de empleo.
  - f) Se han previsto las alternativas de autoempleo en los sectores profesionales relacionados con el título.
  - g) Se ha realizado la valoración de la personalidad, aspiraciones, actitudes y formación propia para la toma de decisiones.
2. Aplica las estrategias del trabajo en equipo, valorando su eficacia y eficiencia para la consecución de los objetivos de la organización.

## Criterios de evaluación:

- a) Se han valorado las ventajas del trabajo en equipo en situaciones de trabajo relacionadas con el perfil del técnico superior en acondicionamiento físico.
  - b) Se han identificado los equipos de trabajo que pueden constituirse en una situación real de trabajo.
  - c) Se han determinado las características del equipo de trabajo eficaz frente a los equipos ineficaces.
  - d) Se ha valorado positivamente la necesaria existencia de diversidad de roles y opiniones asumidos por los miembros de un equipo.
  - e) Se ha reconocido la posible existencia de conflicto entre los miembros de un grupo como un aspecto característico de las organizaciones.
  - f) Se han identificado los tipos de conflictos y sus fuentes.
  - g) Se han determinado procedimientos para la resolución del conflicto.
3. Ejerce los derechos y cumple las obligaciones que se derivan de las relaciones laborales, reconociéndolas en los diferentes contratos de trabajo.

## Criterios de evaluación:

- a) Se han identificado los conceptos básicos del derecho del trabajo.
- b) Se han distinguido los principales organismos que intervienen en las relaciones entre empresarios y trabajadores.
- c) Se han determinado los derechos y obligaciones derivados de la relación laboral.
- d) Se han clasificado las principales modalidades de contratación, identificando las medidas de fomento de la contratación para determinados colectivos.



- e) Se han valorado las medidas establecidas por la legislación vigente para la conciliación de la vida laboral y familiar.
  - f) Se han identificado las causas y efectos de la modificación, suspensión y extinción de la relación laboral.
  - g) Se ha analizado el recibo de salarios, identificando los principales elementos que lo integran.
  - h) Se han analizado las diferentes medidas de conflicto colectivo y los procedimientos de solución de conflictos.
  - i) Se han determinado las condiciones de trabajo pactadas en un convenio colectivo aplicable al sector relacionado con el título de Técnico superior en acondicionamiento físico.
  - j) Se han identificado las características definitorias de los nuevos entornos de organización del trabajo.
4. Determina la acción protectora del sistema de la Seguridad Social ante las distintas contingencias cubiertas, identificando las distintas clases de prestaciones.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado el papel de la Seguridad Social como pilar esencial para la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos.
  - b) Se han enumerado las diversas contingencias que cubre el sistema de Seguridad Social.
  - c) Se han identificado los regímenes existentes en el sistema de Seguridad Social.
  - d) Se han identificado las obligaciones de empresario y trabajador dentro del sistema de Seguridad Social.
  - e) Se han identificado, en un supuesto sencillo, las bases de cotización de un trabajador y las cuotas correspondientes a trabajador y empresario.
  - f) Se han clasificado las prestaciones del sistema de Seguridad Social, identificando los requisitos.
  - g) Se han determinado las posibles situaciones legales de desempleo.
  - h) Se ha realizado el cálculo de la duración y cuantía de una prestación por desempleo de nivel contributivo básico.
5. Evalúa los riesgos derivados de su actividad, analizando las condiciones de trabajo y los factores de riesgo presentes en su entorno laboral.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha valorado la importancia de la cultura preventiva en todos los ámbitos y actividades de la empresa.
- b) Se han relacionado las condiciones laborales con la salud del trabajador.
- c) Se han clasificado los factores de riesgo en la actividad y los daños derivados de los mismos.
- d) Se han identificado las situaciones de riesgo más habituales en los entornos de trabajo del técnico superior en acondicionamiento físico.
- e) Se ha determinado la evaluación de riesgos en la empresa.
- f) Se han determinado las condiciones de trabajo con significación para la prevención en los entornos de trabajo relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.



- g) Se han clasificado y descrito los tipos de daños profesionales, con especial referencia a accidentes de trabajo y enfermedades profesionales, relacionados con el perfil profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
6. Participa en la elaboración de un plan de prevención de riesgos en una pequeña empresa, identificando las responsabilidades de todos los agentes implicados.

Criterios de evaluación:

- a) Se han determinado los principales derechos y deberes en materia de prevención de riesgos laborales.
  - b) Se han clasificado las distintas formas de gestión de la prevención en la empresa, en función de los distintos criterios establecidos en la normativa sobre prevención de riesgos laborales.
  - c) Se han determinado las formas de representación de los trabajadores en la empresa en materia de prevención de riesgos.
  - d) Se han identificado los organismos públicos relacionados con la prevención de riesgos laborales.
  - e) Se ha valorado la importancia de la existencia de un plan preventivo en la empresa que incluya la secuenciación de actuaciones que se deben realizar en caso de emergencia.
  - f) Se ha definido el contenido del plan de prevención en un centro de trabajo relacionado con el sector profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.
  - g) Se ha proyectado un plan de emergencia y evacuación de una empresa del sector.
7. Aplica las medidas de prevención y protección, analizando las situaciones de riesgo en el entorno laboral del técnico superior en acondicionamiento físico.

Criterios de evaluación:

- a) Se han definido las técnicas de prevención y de protección individual y colectiva que deben aplicarse para evitar los daños en su origen y minimizar sus consecuencias en caso de que sean inevitables.
- b) Se ha analizado el significado y alcance de los distintos tipos de señalización de seguridad.
- c) Se han analizado los protocolos de actuación en caso de emergencia.
- d) Se han identificado las técnicas de clasificación de heridos en caso de emergencia donde existan víctimas de diversa gravedad.
- e) Se han identificado las técnicas básicas de primeros auxilios que deben ser aplicadas en el lugar del accidente ante distintos tipos de daños y la composición y uso del botiquín.
- f) Se han determinado los requisitos y condiciones para la vigilancia de la salud del trabajador y su importancia como medida de prevención.

**Contenidos:**

Búsqueda activa de empleo:

- La necesidad de planificar la carrera profesional: el proyecto profesional.



- Análisis de los intereses, aptitudes y motivaciones personales para la carrera profesional.
- Valoración de la importancia de la formación permanente para la trayectoria laboral y profesional del Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.
- Identificación de itinerarios formativos relacionados con el Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.
- Definición y análisis del sector profesional del Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.
- Yacimientos de empleo.
- Proceso de búsqueda de empleo en empresas del sector.
- Oportunidades de aprendizaje y empleo en Europa.
- Técnicas e instrumentos de búsqueda de empleo.
- El proceso de toma de decisiones. Fases y factores que intervienen en las decisiones

#### Gestión del conflicto y equipos de trabajo:

- Valoración de las ventajas e inconvenientes del trabajo de equipo para la eficacia de la organización.
- Equipos en el sector del fitness según las funciones que desempeñan.
- La gestión de equipos de trabajo: la comunicación eficaz, la motivación.
- Técnicas de trabajo en grupo.
- La participación en el equipo de trabajo. Análisis de los posibles roles de sus integrantes. El liderazgo.
- Reuniones de trabajo.
- Conflicto: características, tipos, fuentes y etapas.
- Métodos para la resolución o supresión del conflicto.
- La negociación como vía de solución de conflictos.

#### Contrato de trabajo:

- El derecho del trabajo. Organismos que intervienen en la relación laboral.
- Análisis de la relación laboral individual. Relaciones excluidas.
- El contrato de trabajo. Contenido.
- Modalidades de contrato de trabajo y medidas de fomento de la contratación.
- Derechos y deberes derivados de la relación laboral.
- El tiempo de trabajo y de descanso.
- El salario.
- Modificación, suspensión y extinción del contrato de trabajo.
- Representación de los trabajadores.
- El convenio colectivo. Análisis de un convenio aplicable al ámbito profesional del Técnico Superior en Acondicionamiento Físico.
- El conflicto colectivo. La huelga.
- Requerimientos y beneficios para los trabajadores en las nuevas organizaciones: flexibilidad, beneficios sociales, entre otros.

#### Seguridad Social, Empleo y Desempleo:

- La Seguridad Social.



- Estructura del Sistema de la Seguridad Social.
- Determinación de las principales obligaciones de empresarios y trabajadores en materia de Seguridad Social: Inscripción de empresas, afiliación, altas, bajas y cotización.
- Prestaciones de la Seguridad Social. La protección por desempleo.

#### Evaluación de riesgos profesionales:

- Valoración de la relación entre trabajo y salud.
- Principios preventivos. Importancia de la cultura preventiva en todas las fases de la actividad.
- El riesgo profesional. Análisis de factores de riesgo.
- La evaluación de riesgos en la empresa como elemento básico de la actividad preventiva.
- Análisis de riesgos ligados a las condiciones de seguridad.
- Análisis de riesgos ligados a las condiciones ambientales.
- Análisis de riesgos ligados a las condiciones ergonómicas y psico-sociales.
- Riesgos específicos en el sector del fitness.
- Determinación de los posibles daños a la salud del trabajador que pueden derivarse de las situaciones de riesgo detectadas. El accidente de trabajo y la enfermedad profesional. Otras patologías derivadas del trabajo
- Técnicas de prevención.

#### Planificación de la prevención de riesgos en la empresa:

- Marco normativo básico en materia de prevención de riesgos laborales.
- Derechos y deberes en materia de prevención de riesgos laborales.
- Representación de los trabajadores en materia preventiva.
- Gestión de la prevención en la empresa.
- Organismos públicos relacionados con la prevención de riesgos laborales.
- Planificación de la prevención en la empresa: El plan de prevención.
- Planes de emergencia y de evacuación en entornos de trabajo.
- Elaboración de un plan de emergencia en una "pyme".

#### Aplicación de medidas de prevención y protección en la empresa:

- Determinación de las medidas de prevención y protección individual y colectiva.
- Señalización de seguridad.
- El control de la salud de los trabajadores.
- Protocolo de actuación en caso de accidente o situación de emergencia.
- Primeros auxilios.

#### **Orientaciones pedagógicas:**

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para que el alumno pueda insertarse laboralmente y desarrollar su carrera profesional en el sector.

La formación de este módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales q), r), s), t), u), v), w) y z) del ciclo formativo, y las competencias o), p), q), r), s) t) y v) del título.



Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- El manejo de las fuentes de información sobre el sistema educativo y laboral, en especial en lo referente a las empresas.
- La realización de pruebas de orientación y dinámicas sobre la propia personalidad y el desarrollo de las habilidades sociales.
- La preparación y realización de modelos de curriculum vitae (CV) y entrevistas de trabajo.
- Identificación de la normativa laboral que afecta a los trabajadores del sector, manejo de los contratos más comúnmente utilizados y lectura comprensiva de los convenios colectivos de aplicación.
- La cumplimentación de recibos de salario de diferentes características y otros documentos relacionados.
- El análisis de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales, que le permita evaluar los riesgos derivados de las actividades desarrolladas en su sector productivo y que le permita colaborar en la definición de un plan de prevención para una pequeña empresa, así como en la elaboración de las medidas necesarias para su puesta en funcionamiento.

**Módulo Profesional: Empresa e iniciativa emprendedora.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 4**

**Código: 1156.**

**Duración: 63 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Reconoce las capacidades asociadas a la iniciativa emprendedora, analizando los requerimientos derivados de los puestos de trabajo y de las actividades empresariales.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha identificado el concepto de innovación y su relación con el progreso de la sociedad y el aumento en el bienestar de los individuos.
- b) Se ha analizado el concepto de cultura emprendedora y su importancia como fuente de creación de empleo y bienestar social.
- c) Se ha valorado la importancia de la iniciativa individual, la creatividad, la formación y la colaboración como requisitos indispensables para tener éxito en la actividad emprendedora.
- d) Se ha analizado la capacidad de iniciativa en el trabajo de una persona empleada en una pequeña y mediana empresa relacionada con el sector del fitness.
- e) Se ha analizado el desarrollo de la actividad emprendedora de un empresario que se inicie en el sector del fitness.
- f) Se ha analizado el concepto de riesgo como elemento inevitable de toda actividad emprendedora.



- g) Se ha analizado el concepto de empresario y los requisitos y actitudes necesarios para desarrollar la actividad empresarial.
  - h) Se ha descrito la estrategia empresarial, relacionándola con los objetivos de la empresa.
  - i) Se ha definido una determinada idea de negocio, en el ámbito del acondicionamiento físico, que sirva de punto de partida para la elaboración de un plan de empresa.
2. Define la oportunidad de creación de una pequeña empresa, valorando el impacto sobre el entorno de actuación e incorporando valores éticos.

Criterios de evaluación:

- a) Se han descrito las funciones básicas que se realizan en una empresa y se ha analizado el concepto de sistema aplicado a la empresa.
  - b) Se han identificado los principales componentes del entorno general que rodea a la empresa, en especial el entorno económico, social, demográfico y cultural.
  - c) Se ha analizado la influencia en la actividad empresarial de las relaciones con los clientes, con los proveedores y con la competencia, como principales integrantes del entorno específico.
  - d) Se han identificado los elementos del entorno de una pyme del sector del fitness.
  - e) Se han analizado los conceptos de cultura empresarial e imagen corporativa y su relación con los objetivos empresariales.
  - f) Se ha analizado el fenómeno de la responsabilidad social de las empresas y su importancia como un elemento de la estrategia empresarial.
  - g) Se ha elaborado el balance social de una empresa relacionada con el acondicionamiento físico y se han descrito los principales costes sociales en que incurren estas empresas, así como los beneficios sociales que producen.
  - h) Se han identificado, en empresas relacionadas con el acondicionamiento físico, prácticas que incorporan valores éticos y sociales.
  - i) Se ha llevado a cabo un estudio de viabilidad económica y financiera de una pyme relacionada con el sector del fitness.
3. Realiza actividades para la constitución y puesta en marcha de una empresa, seleccionando la forma jurídica e identificando las obligaciones legales asociadas.

Criterios de evaluación:

- a) Se han analizado las diferentes formas jurídicas de la empresa.
- b) Se ha especificado el grado de responsabilidad legal de los propietarios de la empresa, en función de la forma jurídica elegida.
- c) Se ha diferenciado el tratamiento fiscal establecido para las diferentes formas jurídicas de la empresa.
- d) Se han analizado los trámites exigidos por la legislación vigente para la constitución de una empresa.
- e) Se ha realizado una búsqueda exhaustiva de las diferentes ayudas para la creación de empresas relacionadas con la actividad física/salud, en la localidad de referencia.
- f) Se ha incluido en el plan de empresa todo lo relativo a la elección de la forma jurídica, estudio de viabilidad económico-financiera, trámites administrativos, ayudas y subvenciones.



- g) Se han identificado las vías de asesoramiento y gestión administrativa externas existentes a la hora de poner en marcha una pyme.
4. Realiza actividades de gestión administrativa y financiera de una pyme, identificando las principales obligaciones contables y fiscales y cumplimentando la documentación.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han analizado los conceptos básicos de contabilidad, así como las técnicas de registro de la información contable.
- b) Se han descrito las técnicas básicas de análisis de la información contable, en especial en lo referente a la solvencia, liquidez y rentabilidad de la empresa.
- c) Se han definido las obligaciones fiscales de una empresa relacionada con el sector del fitness.
- d) Se han diferenciado los tipos de impuestos en el calendario fiscal.
- e) Se ha cumplimentado la documentación básica de carácter comercial y contable (facturas, albaranes, notas de pedido, letras de cambio y cheques, entre otros) para una pyme del sector del fitness y se han descrito los circuitos que dicha documentación recorre en la empresa.
- f) Se han identificado los principales instrumentos de financiación bancaria.
- g) Se ha incluido toda la documentación citada en el plan de empresa.

**Contenidos:**

**Iniciativa emprendedora:**

- Innovación y desarrollo económico. Principales características de la innovación en la actividad del sector del fitness (materiales, tecnología, organización de la producción, etc.).
- Factores claves de los emprendedores: iniciativa, creatividad y formación.
- La actuación de los emprendedores como empleados en una pyme del sector del fitness.
- La actuación de los emprendedores como empresarios de una pequeña empresa en el sector del fitness. Búsqueda de oportunidades de negocio: satisfacción de necesidades, factores diferenciadores, control del riesgo mediante la planificación.
- El empresario. Requisitos para el ejercicio de la actividad empresarial.
- Plan de empresa: la idea de negocio en el ámbito del sector del fitness.

**La empresa y su entorno:**

- La empresa. Funciones básicas.
- La empresa como sistema.
- Análisis del entorno general y específico de una "pyme" del sector del fitness. Investigación de mercados.
- Relaciones de una "pyme" del sector del fitness con los clientes, la competencia, los proveedores, las Administraciones públicas y el conjunto de la sociedad.
- Gestión de la calidad y mejora continua como elemento de competitividad.
- Responsabilidad social y ética de las empresas. El balance social.
- Cultura empresarial e imagen corporativa.



- Métodos para la toma de decisiones.
- Plan de empresa: Definición de estrategia general. Estudio del mercado.

#### La empresa y su estrategia:

- Planificación comercial.
- Planificación de la producción y de los recursos humanos
- Viabilidad económica y viabilidad financiera de una “pyme” relacionada con del sector del fitness.
- Plan de empresa: Plan comercial, plan de producción, plan de recursos humanos y plan económico-financiero.

#### Creación y puesta en marcha de una empresa:

- Tipos de empresa. Características de las distintas formas jurídicas.
- La fiscalidad en las empresas.
- Elección de la forma jurídica.
- Trámites administrativos para la constitución de una empresa.
- Organismos, ayudas y otros recursos para la creación de empresas.
- Plan de empresa: elección de la forma jurídica y trámites de constitución y puesta en marcha. Gestión de ayudas y subvenciones.

#### Función administrativa:

- Concepto de contabilidad y nociones básicas.
- Análisis de la información contable.
- Obligaciones fiscales de las empresas.
- Gestión administrativa de una “pyme” del sector del fitness. Documentación básica y circuitos que recorre en la empresa.
- Plan de empresa: Documentación básica.

#### **Orientaciones pedagógicas:**

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para desarrollar la propia iniciativa en el ámbito empresarial, tanto hacia el autoempleo como hacia la asunción de responsabilidades y funciones en el empleo por cuenta ajena.

La formación del módulo contribuye a alcanzar los objetivos generales r), s), u), w), x) e y) del ciclo formativo, y las competencias p), q), r), t) y u) del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza-aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo versarán sobre:

- El manejo de las fuentes de información sobre el sector del fitness, incluyendo
- el análisis de los procesos de innovación sectorial en marcha.



- La realización de casos y dinámicas de grupo que permitan comprender y valorar las actitudes de los emprendedores y ajustar la necesidad de los mismos al sector de los servicios relacionado con los procesos de acondicionamiento físico.
- La utilización de programas de gestión administrativa para pymes del sector.
- La realización de un proyecto de plan de empresa relacionada con el sector del fitness, que incluya todas las facetas de puesta en marcha de un negocio, así como la justificación de su responsabilidad social.

**Módulo profesional: Lengua extranjera profesional: inglés 1**

**Código: A140**

**Duración: 64 horas**

**Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Interpreta información profesional escrita contenida en textos escritos complejos, analizando de forma comprensiva sus contenidos.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha relacionado el texto con el ámbito del sector productivo del título.
- b) Se ha realizado traducciones directas e inversas de textos específicos sencillos, utilizando materiales de consulta y diccionarios técnicos
- c) Se han leído de forma comprensiva textos específicos de su ámbito profesional
- d) Se ha interpretado el contenido global del mensaje.
- e) Se ha extraído la información más relevante de un texto relativo a su profesión
- f) Se ha identificado la terminología utilizada.
- g) Se ha interpretado el mensaje recibido a través de soportes telemáticos: e-mail, fax, entre otros.
- h) Se han leído con cierto grado de independencia distintos tipos de textos, adaptando el estilo y la velocidad de lectura, aunque pueda presentar alguna dificultad con modismos poco frecuentes.

2. Elabora textos sencillos en lengua estándar, relacionando reglas gramaticales con la finalidad de los mismos.

Criterios de evaluación:

- a) Se han redactado textos breves relacionados con aspectos cotidianos y/ o profesionales.
- b) Se ha organizado la información de manera coherente y cohesionada.
- c) Se han realizado resúmenes breves de textos sencillos, relacionados con su entorno profesional.
- d) Se ha cumplimentado documentación específica de su campo profesional.
- e) Se ha aplicado las fórmulas establecidas y el vocabulario específico en la cumplimentación de documentos.
- f) Se han resumido las ideas principales de informaciones dadas, utilizando sus propios recursos lingüísticos.
- g) Se han utilizado las fórmulas de cortesía propias del documento a elaborar.
- h) Se ha elaborado una solicitud de empleo a partir de una oferta de trabajo dada.



- i) Se ha redactado un breve currículum
3. Aplica actitudes y comportamientos profesionales en situaciones de comunicación, describiendo las relaciones típicas características del país de la lengua extranjera.

Criterios de evaluación:

- a) Se han definido los rasgos más significativos de las costumbres y usos de la comunidad donde se habla la lengua extranjera.
- b) Se han descrito los protocolos y normas de relación social propios del país.
- c) Se han identificado los valores y creencias propios de la comunidad donde se habla la lengua extranjera.
- d) Se han identificado los aspectos socio-profesionales propios del sector, en cualquier tipo de texto.
- e) Se han aplicado los protocolos y normas de relación social propios del país de la lengua extranjera.

**Contenidos:**

Interpretación de mensajes escritos:

- Comprensión de mensajes, textos, artículos básicos profesionales y cotidianos.
- Soportes telemáticos: fax, e-mail, burofax.
- Terminología específica del sector productivo.
- Idea principal e ideas secundarias.
- Recursos gramaticales: Tiempos verbales, preposiciones, adverbios, locuciones preposicionales y adverbiales, uso de la voz pasiva, oraciones de relativo, estilo indirecto, y otros.
- Relaciones lógicas: oposición, concesión, comparación, condición, causa, finalidad, resultado.
- Relaciones temporales: anterioridad, posterioridad, simultaneidad.

Emisión de textos escritos:

- Elaboración de textos sencillos profesionales del sector y cotidianos.
- Adecuación del texto al contexto comunicativo.
- Registro.
- Selección léxica, selección de estructuras sintácticas, selección de contenido relevante.
- Uso de los signos de puntuación.
- Coherencia en el desarrollo del texto.
- Identificación e interpretación de los elementos culturales más significativos de los países de lengua extranjera.
- Valoración de las normas socioculturales y protocolarias en las relaciones internacionales.
- Uso de los recursos formales y funcionales en situaciones que requieren un comportamiento socio-profesional con el fin de proyectar una buena imagen de la empresa.

**Orientaciones pedagógicas:**

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para el desempeño de actividades relacionadas con el entorno profesional en el que el profesional va a ejercer su profesionalidad.

Los contenidos del módulo contribuyen a alcanzar los objetivos generales del ciclo formativo, y las competencias del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo, versarán sobre:

- La elaboración de mensajes escritos y orales, interpretando y transmitiendo la información necesaria para realizar consultas técnicas.
- La interpretación de la información escrita en el ámbito propio del sector productivo del título.
- La cumplimentación e interpretación de los documentos propios del sector profesional solicitando y/o facilitando una información de tipo general o detallada.
- La valoración de la importancia de poder comunicarse por escrito y oralmente en lengua extranjera en el contexto de las empresas.

**Módulo profesional: Lengua extranjera profesional: inglés 2****Código: A141****Duración: 42 horas****Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:**

1. Reconoce información cotidiana y profesional específica contenida en discursos orales claros y sencillos emitidos en lengua estándar, interpretando con precisión el contenido del mensaje.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha situado el mensaje en su contexto profesional.
- b) Se ha identificado la idea principal del mensaje.
- c) Se han extraído las ideas principales de un mensaje emitido por un medio de comunicación.
- d) Se ha extraído información específica en mensajes relacionados con aspectos cotidianos de la vida profesional y cotidiana.
- e) Se han secuenciado los elementos constituyentes del mensaje.
- f) Se han identificado las ideas principales de declaraciones y mensajes sobre temas concretos y abstractos, transmitidos por los medios de comunicación y emitidos en lengua estándar y articuladas con claridad.
- g) Se han reconocido las instrucciones orales y se han seguido las indicaciones.
- h) Se ha tomado conciencia de la importancia de comprender globalmente un mensaje, sin entender todos y cada uno de los elementos del mismo.



2. Emite mensajes orales claros y bien estructurados, participando como agente activo en conversaciones profesionales.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han identificado los registros utilizados para la emisión del mensaje.
  - b) Se ha expresado con fluidez, precisión y eficacia sobre una amplia serie de temas generales y profesionales, marcando con claridad la relación entre las ideas.
  - c) Se han descrito hechos breves e imprevistos relacionados con su profesión.
  - d) Se ha utilizado correctamente la terminología de la profesión.
  - e) Se ha descrito con relativa fluidez su entorno profesional más próximo.
  - f) Se ha descrito y secuenciado un proceso de trabajo de su competencia.
  - g) Se ha justificado la aceptación o no de propuestas realizadas.
  - h) Se han realizado, de manera clara, presentaciones breves y preparadas sobre un tema dentro de su especialidad.
  - i) Se ha solicitado la reformulación del discurso o parte del mismo cuando se ha considerado necesario.
  - j) Se han secuenciado las actividades propias de un proceso productivo de su sector profesional.
3. Aplica actitudes y comportamientos profesionales en situaciones de comunicación, describiendo las relaciones típicas características del país de la lengua extranjera.

**Criterios de evaluación:**

- a) Se han definido los rasgos más significativos de las costumbres y usos de la comunidad donde se habla la lengua extranjera.
- b) Se han descrito los protocolos y normas de relación social propios del país.
- c) Se han identificado los valores y creencias propios de la comunidad donde se habla la lengua extranjera.
- d) Se han identificado los aspectos socio-profesionales propios del sector, en cualquier tipo de texto.
- e) Se han aplicado los protocolos y normas de relación social propios del país de la lengua extranjera.

**Contenidos:**

**Comprensión de mensajes orales:**

- Reconocimiento de mensajes profesionales del sector y cotidianos.
- Mensajes directos, telefónicos, grabados.
- Terminología específica del sector productivo.
- Idea principal e ideas secundarias.
- Recursos gramaticales: Tiempos verbales, preposiciones, adverbios, locuciones preposicionales y adverbiales, uso de la voz pasiva, oraciones de relativo, estilo indirecto, y otros.
- Otros recursos lingüísticos: gustos y preferencias, sugerencias, argumentaciones, instrucciones, expresión de la condición y duda y otros.
- Diferentes acentos de lengua oral.



**Producción de mensajes orales:**

- Registros utilizados en la emisión de mensajes orales.
- Terminología específica del sector productivo.
- Sonidos y fonemas vocálicos y consonánticos. Combinaciones y agrupaciones.
- Marcadores lingüísticos de relaciones sociales, normas de cortesía y diferencias de registro.

**Mantenimiento y seguimiento del discurso oral:**

- Apoyo, demostración de entendimiento, petición de aclaración, y otros.
- Entonación como recurso de cohesión del texto oral.

***Orientaciones pedagógicas:***

Este módulo profesional contiene la formación necesaria para el desempeño de actividades relacionadas con el entorno profesional en el que el profesional va a ejercer su profesionalidad.

Los contenidos del módulo contribuyen a alcanzar los objetivos generales del ciclo formativo, y las competencias del título.

Las líneas de actuación en el proceso de enseñanza aprendizaje que permiten alcanzar los objetivos del módulo, versarán sobre:

- La elaboración de mensajes escritos y orales, interpretando y transmitiendo la información necesaria para realizar consultas técnicas.
- La interpretación de la información escrita en el ámbito propio del sector productivo del título.
- La cumplimentación e interpretación de los documentos propios del sector profesional solicitando y/o facilitando una información de tipo general o detallada.
- La valoración de la importancia de poder comunicarse por escrito y oralmente en lengua extranjera en el contexto de las empresas.

**Módulo Profesional: Formación en centros de trabajo.**

**Equivalencia en créditos ECTS: 22**

**Código: 1157.**

**Duración: 370 horas**

***Resultados de aprendizaje y criterios de evaluación:***

1. Identifica la estructura y organización de la empresa relacionándolas con el tipo de servicio que presta.

Criterios de evaluación:



- a) Se ha identificado la estructura organizativa de la empresa y las funciones de cada área de la misma.
  - b) Se ha comparado la estructura de la empresa con las organizaciones empresariales tipo existentes en el sector.
  - c) Se han relacionado las características del servicio y el tipo de clientes con el desarrollo de la actividad empresarial.
  - d) Se han identificado los procedimientos de trabajo en el desarrollo de la prestación de servicio.
  - e) Se han valorado las competencias necesarias de los recursos humanos para el desarrollo óptimo de la actividad.
  - f) Se ha valorado la idoneidad de los canales de difusión más frecuentes en esta actividad.
2. Aplica hábitos éticos y laborales en el desarrollo de su actividad profesional de acuerdo con las características del puesto de trabajo y con los procedimientos establecidos en la empresa.

Criterios de evaluación:

- a) Se han reconocido y justificado:
  - La disponibilidad personal y temporal necesaria en el puesto de trabajo.
  - Las actitudes personales (puntualidad y empatía, entre otras) y profesionales (orden, limpieza y responsabilidad, entre otras) necesarias para el puesto de trabajo.
  - Los requerimientos actitudinales ante la prevención de riesgos en la actividad profesional.
  - Los requerimientos actitudinales referidos a la calidad en la actividad profesional.
  - Las actitudes relacionales con el propio equipo de trabajo y con las jerarquías establecidas en la empresa.
  - Las actitudes relacionadas con la documentación de las actividades realizadas en el ámbito laboral.
  - Las necesidades formativas para la inserción y reinserción laboral en el ámbito científico y técnico del buen hacer del profesional.
- b) Se han identificado las normas de prevención de riesgos laborales y los aspectos fundamentales de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales de aplicación en la actividad profesional.
- c) Se ha puesto en marcha los equipos de protección individual según los riesgos de la actividad profesional y las normas de la empresa.
- d) Se ha mantenido una actitud de respeto al medio ambiente en las actividades desarrolladas.
- e) Se ha mantenido organizado, limpio y libre de obstáculos el puesto de trabajo o el área correspondiente al desarrollo de la actividad.
- f) Se ha responsabilizado del trabajo asignado, interpretando y cumpliendo las instrucciones recibidas.
- g) Se ha establecido una comunicación eficaz con la persona responsable en cada situación y con los miembros del equipo.
- h) Se ha coordinado con el resto del equipo, comunicando las incidencias relevantes que se presenten.
- i) Se ha valorado la importancia de su actividad y la necesidad de adaptación a los cambios de tareas.



- j) Se ha responsabilizado de la aplicación de las normas y procedimientos en el desarrollo de su trabajo.
3. Evalúa la condición física, la competencia motriz y las motivaciones de las personas participantes en los programas de acondicionamiento físico, tratando los datos de modo que sirvan en el planteamiento y la retroalimentación de los programas.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha realizado el proceso de mantenimiento preventivo de los instrumentos y equipos de chequeo de la condición física y biológica.
  - b) Se han seleccionado los instrumentos y las máquinas en función de los parámetros morfológicos y funcionales que se van a medir.
  - c) Se ha explicado y demostrado a las personas usuarias el modo correcto de utilizar los instrumentos y las máquinas de medida de la condición física y biológica.
  - d) Se han obtenido datos acerca de las motivaciones de las personas usuarias a través de la observación y la entrevista.
  - e) Se han registrado los datos de las pruebas de valoración antropométrica, biológico funcional y postural en las fichas de control, así como los relacionados con la motivación.
  - f) Se han elaborado informes a partir de los datos registrados en las fichas de control, utilizando recursos informáticos específicos.
4. Programa, dirige y dinamiza actividades de acondicionamiento físico, adaptándolas a la dinámica de la actividad y del grupo y aplicando las medidas necesarias en caso de accidente.

Criterios de evaluación:

- a) Se han ajustado los elementos de la programación de las actividades de acondicionamiento físico a los datos disponibles y a las características de participantes o grupo.
- b) Se ha proporcionado información clara y precisa sobre los objetivos y contenidos de la sesión, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso (verbal y gestual, entre otros).
- c) Se ha adoptado la posición y la actitud respecto a la persona usuaria o al grupo que favorezca en todo momento la comunicación y permita controlar y motivar la participación en el grado requerido.
- d) Se ha utilizado la explicación y la demostración de la técnica correcta como herramienta en la enseñanza de los movimientos y de los ejercicios propuestos.
- e) Se ha proporcionado información a las personas participantes acerca de sus progresos y de los errores de ejecución.
- f) Se han identificado las dificultades que en la ejecución pueden tener las personas usuarias con discapacidad para prevenirlas y corregirlas.
- g) Se han controlado durante la práctica los factores que pueden provocar lesiones o sobrecargas en el trabajo de mejora de las capacidades físicas y perceptivo- motrices.
- h) Se han seguido las pautas de actuación frente a un accidente o una emergencia, aplicando el protocolo establecido.



5. Programa, dirige y dinamiza actividades de control postural, bienestar, recuperación funcional e hidrocinesia, adaptándolas a la dinámica de la actividad y del grupo y aplicando las medidas necesarias en caso de accidente.

Criterios de evaluación:

- a) Se han ajustado los elementos de la programación de las actividades de control postural, bienestar, recuperación funcional e hidrocinesia a los datos disponibles y a las características de las personas usuarias o del grupo.
  - b) Se ha proporcionado información clara y precisa sobre los objetivos y contenidos de la sesión, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso (verbal y gestual, entre otros).
  - c) Se han explicado los ejercicios de hidrocinesia y los de control postural, bienestar y recuperación funcional, destacando la información relacionada con los aspectos preventivos.
  - d) Se ha controlado la intensidad, el uso de los materiales y la adecuación de las actividades de hidrocinesia y de control postural, bienestar y recuperación funcional en la realización de cada participante.
  - e) Se han detectado y corregido movimientos y posturas erróneas, teniendo como referente el modelo biomecánicamente óptimo.
  - f) Se han identificado los factores a tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante el desarrollo de las capacidades físicas y perceptivo-motrices.
  - g) Se han registrado datos relevantes del desarrollo de las actividades de hidrocinesia y de control postural, bienestar y recuperación funcional.
  - h) Se han seguido las pautas de actuación frente a un accidente o una emergencia, aplicando el protocolo establecido.
6. Coordina grupos de trabajo y evalúa los riesgos derivados de las actividades, analizando las condiciones de realización y los factores de riesgo presentes en el desarrollo de las mismas.

Criterios de evaluación:

- a) Se ha coordinado el funcionamiento de equipos de trabajo, manteniendo relaciones fluidas y aportando soluciones a los conflictos grupales que se presentan.
- b) Se ha identificado el reparto de tareas como procedimiento básico para el trabajo en grupo.
- c) Se ha asegurado la disponibilidad de los recursos necesarios para la realización de las actividades, coordinando el uso de los espacios, los equipos y los materiales requeridos.
- d) Se han valorado los factores de riesgo de cada actividad y los posibles daños derivados de los mismos.
- e) Se han establecido pautas de prevención de riesgos para las actividades que se desarrollan en los diferentes entornos de trabajo del técnico superior en acondicionamiento físico.
- f) Se ha definido el contenido del plan de prevención en un centro de trabajo relacionado con el sector profesional del técnico superior en acondicionamiento físico.

**Orientaciones pedagógicas:**



Este módulo profesional contribuye a completar las competencias de este título y los objetivos generales del ciclo, tanto aquellos que se han alcanzado en el centro educativo, como los que son difíciles de conseguir en el mismo.



**ANEXO II  
Espacios formativos y equipamientos mínimos**

Espacios formativos

Espacio formativo	Superficie m <sup>2</sup>	Superficie m <sup>2</sup>	Grado de utilización
	20 alumnos	30 alumnos	
Aula polivalente.	50	60	32%
Aula técnica físico-deportiva con almacén.	70	90	24 %
Sala gimnasio de 480 m <sup>2</sup> , que incluirá vestuarios, duchas y almacén.	125	150	13 %
Piscina climatizada de 25 metros de largo y 2 metros de profundidad. <sup>(1)</sup>	120	120	10 %
Sala de entrenamiento polivalente. <sup>(1)</sup>	180	180	21 %

1) Espacio no necesariamente ubicado en el centro de formación.

Equipamientos

Espacio formativo	Equipamiento
Aula polivalente	<p>Mobiliario escolar: mesas, sillas, armarios y pizarra negra y blanca.</p> <p>Equipos y medios informáticos: pizarra digital, ordenadores en red y programas informáticos generales.</p> <p>Equipos y medios audiovisuales.</p> <p>PC instalados en red y software específicos para:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La valoración de la condición física y biológica, y la elaboración de programas de entrenamiento (periodización, programación, agenda y cronogramas), nutrición y dietética deportiva.</li> <li>- El tratamiento informatizado de imágenes (scouting) y de sonido.</li> </ul> <p>Equipos y medios audiovisuales: cañón proyector, y otros sistemas audiovisuales (DVD, monitor y reproductores de Audio portátiles, etc.)</p>
Sala gimnasio de 480 m <sup>2</sup> , que incluirá vestuarios, duchas y almacén	<p>Espejos.</p> <p>Implementos específicos de las distintas actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>Equipo de sonido para grandes espacios (mínimo 500 w) con altavoces autoamplificables y micrófono inalámbrico.</p> <p>Equipo básico de iluminación escénica. Espalderas.</p> <p>Colchonetas multiusos y carro para su almacenamiento</p> <p>Materiales de fitness y wellness:</p> <p>Bandas elásticas, flex bands.</p> <p>Pelotas y balones (de estabilidad, de gran y pequeño diámetro, con peso, de espuma y otros).</p> <p>Rulos, rodillos o barras de espuma. Bloques de yoga.</p>



	<p>Plataformas de <del>estabilización</del>—estabilidad, equilibrio y propiocepción (bosus tortugas). Materiales para el método pilates: aros y otros. Complementos de almacenaje: armarios, jaulas, soportes, cestas y carros.</p>
<p>Aula técnica físico- deportiva con almacén</p>	<p>Material para registro fotográfico digital: cámara de grabación y trípode. Cámaras de fotos de alta sensibilidad. Células fotoeléctricas. Equipos audiovisuales: DVD, cañón, monitor y reproductor de audio portátil. PC instalados en red y software específicos para:  <ul style="list-style-type: none"> <li>- La valoración de la condición física y biológica.</li> <li>- La elaboración de programas de entrenamiento periodización del entrenamiento, programación, agenda y cronogramas.</li> <li>- El tratamiento de imágenes.</li> </ul>                     Materiales para la valoración de:  <ul style="list-style-type: none"> <li>- La condición física: cinta métrica, cronómetro, pulsómetro, fitbit, ecelerómetros, chips podómetros-ergómetros, metrónomo, plataformas de fuerza, máquinas de resistencia y dinamómetros, cajón y plataforma de medida de flexibilidad. Equipo de materiales e informatización específica de medición de la batería Eurofit. Equipo de medida para la batería AFISAL.-INEFC. Equipo informatizado de medición y valoración del test de Carmelo Bosco. Material de entrenamiento en campo: mini vallas, picas delimitadoras, señalizadores (conos, picas, chinos, etc.), escaleras de agilidad, bancos suecos...</li> <li>- La condición biológica: pulsioxíméto, electrocardiógrafo, esfingomanómetro electrónico, fonendoscopio, compás de pliegues cutáneos, calibre de pequeños y grandes diámetros, cinta métrica inextensible de pequeños y grandes perímetros, báscula con tallímetro, antropómetro, plomada. Podoscopio. Aparato de medición de impedancia bioeléctrica. Lactatómetro. Glucómetro. Goniómetro, pinza para pliegues cutáneos, aparato de bioimpedancia, báscula, antropómetro, plomada y podoscopio.</li> <li>- Los aspectos psicosociales: baterías de cuestionarios.</li> </ul>                     Material para primeros auxilios:  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Para botiquín fijo y transportable con: libro de partes de accidentes y libro de memorias. Dispensador de jabón y de papel o secamanos eléctrico. Lavabo. Lavapiés. Nevera. Contenedor para residuos desechables peligrosos. Sillas. Camilla basculante. Con elementos como: bolsas de frío instantáneo, vendas frías, gel frío,</li> </ul> </p>



	<p>bolsa y pulpo de crioterapia, antisépticos (jabón, suero fisiológico, alcohol, clorhexidina y yodopovidona, entre otros), material de curas (gasas, apósitos, vendas de gasa, elásticas y no elásticas y autoadhesibles, pretape, tape, kinesiotape, y esparadrapo, entre otros), fármacos (analgésicos-antitérmicos, antiinflamatorios tópicos, crema para quemaduras y picaduras, anti histaminicos, adrenalina, inhalador oral broncodilatador, sobres de suero oral, entre otros), guantes y jeringas desechables, termómetro, tijeras y pinzas. Puntos de sutura de aproximación estéril. Cánulas orofaríngeas (Guedel) de diversos tamaños. Mascarilla Fastracht de diversos tamaños. Abrebocas y mordedores para crisis convulsivas. Tubo de Safar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos de inmovilización y movilización de accidentado: Juego completo de férulas para inmovilizar de diversos tipos (de vacío, hinchables, rígidas, y para todos los segmentos corporales. Collarines ajustables "Philadelphia", collarines semirrígidos (de adulto, pediátrico y multitallas), tablero espinal de tierra y agua, inmovilizador cefálico, inmovilizador espinal "Fernoket", colchón de vacío, camillas fijas con fundas desechables, camilla portátil plegable, camilla de palas, camilla "nido" rígida de traslados con inmovilización y mantas térmicas plegadas.</li> <li>- Maniqués de RCP, maniqués de entrenamiento para manejar vía aérea, equipo de oxigenoterapia completo (bala de oxígeno, humidificador, mascarilla, balón respiratorio con reservorio -"ambú", racores y adaptadores varios, desfibrilador automático real y de enseñanza, carros de parada (adultos y pediátricos), aspirador y catéteres, protector facial y mascarilla para RCP (de diversos tipos_: semirrígidas, rígidas "pocket"...).</li> </ul>
<p>Piscina climatizada de 25 metros de largo y 2 metros de profundidad <sup>(1)</sup></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Accesorios que aumentan la flotabilidad: burbujas de corcho, manguitos, boyas, tablas de natación, flotadores cervicales, churros, pullbuoys barras- boya y flotamanos.</li> <li>- Accesorios que generan resistencia: aletas, guantes de natación, paletas de mano, tablas de pies, campanas, pesas, remos, tobilleras y muñequeras lastradas. paletas de mano, tablas de pies, campanas "ketelebell", elementos lastrados como tobilleras, muñequeras, cinturones y chalecos.</li> <li>- Combinación de accesorios de flotación y aparatos estabilizadores, chalecos con amarras laterales.</li> <li>- Otros materiales: gomas elásticas, tapices flotantes y otras estructuras, steps acuáticos, barras de aqua fitness.</li> </ul>



	<p>barras de aqua fitness, bicicletas acuáticas para spinning ciclo indoor acuático. Anillas y bastones sumergibles.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Complementos de almacenaje: armarios, jaulas, cestas y carros.</li> <li>- Bicicletas acuáticas para ciclo indoor acuático.</li> <li>- Complementos de almacenaje: armarios, cestas y carros.</li> <li>- Materiales para el salvamento acuático: maniquí de arrastre, rabiza para salvavidas, tubos de rescate y salvavidas, aros salvavidas, boyas torpedo, tirantes y cabos, lanzacabos, bolsas de salvamento, carreteles, tabloncillos de salvamento acuático. De vigilancia como: puesto de vigilancia completo con: prismáticos, medios de aviso –campanas, megáfonos, silbatos...-, mini botiquín de campaña, elementos de comunicación con la base operativa –telefono, walki, radio...-. Red de entrenamiento buceo. Mascaras buceo. Tubo Snorkel. Carro de lesionados de raquis y discapacitados</li> </ul>
<p>Sala de entrenamiento polivalente (1)</p>	<p>Cardiovasculares: Bicicletas estáticas. Bicicletas Spining. Tapiz rodante. Simulador de subir escaleras. Máquina cardiovascular elíptica.</p> <p>Remos aeróbicos de banco móvil.</p> <p>Máquinas selectorizadas. Fondera. Soporte para dominadas. Escalera invertida. Trepadora. Máquina multipower. Discos de diámetro olímpico desde 1,25 kg hasta 20 kg. Barras olímpicas, barras z, mancuernas sucesivas desde 1 kg hasta 40kg.</p> <p>Bancos de trabajo: fijo, articulado, con soportes incorporados para press de banca horizontal, para press militar con respaldo vertical.</p> <p>Cinturones de protección lumbar de tallas diferentes.</p> <p>Elementos lastrados de diversos pesos: balones medicinales, ketebellsomas, roller abdominal. Equipación para quick bioxing y contact. Sacos y sacos búlgaros.</p> <p>Cintas elásticas de tensiones diferentes. TRX.</p> <p>Jaula con soportes para sentadilla.</p> <p>Para estiramientos: Colchonetas de 2x1 m.</p> <p>Máquina polivalente de estiramientos.</p> <p>Balones de gran diámetro (entre 50 y 100 cm. de diámetro).</p>

(1) Espacio no necesariamente ubicado en el centro de formación.



## ANEXO III A)

**Especialidades del profesorado con atribución docente en los módulos profesionales del ciclo formativo de Técnico Superior en Acondicionamiento físico**

<b>Módulo profesional</b>	<b>Especialidad del profesorado</b>	<b>Cuerpo</b>
0017. Habilidades sociales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> <li>• Intervención Sociocomunitaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1151. Acondicionamiento físico en el agua.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1152. Técnicas de hidrocinesia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1153. Control postural, bienestar y mantenimiento funcional.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1154. Proyecto de acondicionamiento físico.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>• Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>



		Secundaria.
1155. Formación y orientación laboral.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formación y Orientación Laboral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
1156. Empresa e iniciativa emprendedora.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Formación y Orientación Laboral.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
A139. Didáctica aplicada al acondicionamiento físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>Educación Física.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
A140. Lengua extranjera profesional: inglés <sup>1</sup> A141. Lengua extranjera profesional: inglés <sup>2</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Educación Física.</li> <li>Intervención Sociocomunitaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inglés</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Catedráticos de Enseñanza Secundaria.</li> <li>Profesores de Enseñanza Secundaria.</li> </ul>

<sup>1</sup> Este módulo será impartido preferentemente por profesores de las especialidades de Formación Profesional indicadas, siempre que puedan acreditar un conocimiento mínimo de la lengua a impartir de un nivel B2 del Marco Común Europeo de Referencia para las Lenguas (MCER), para lo cual deberán demostrar estar en posesión de alguna de las titulaciones recogidas en la normativa en vigor en materia de acreditación de la competencia lingüística. En caso contrario, será impartido por profesorado de la especialidad de inglés.



ANEXO III B)  
Titulaciones equivalentes a efectos de docencia

Cuerpo	Especialidad del profesorado	Titulaciones
Profesores de enseñanza secundaria.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formación y orientación laboral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diplomado en Ciencias Empresariales.</li> <li>- Diplomado en Relaciones Laborales.</li> <li>- Diplomado en Trabajo Social.</li> <li>- Diplomado en Educación Social.</li> <li>- Diplomado en Gestión y Administración Pública</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervención Sociocomunitaria.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maestro, en todas sus especialidades.</li> <li>- Diplomado en Educación Social.</li> <li>- Diplomado en Trabajo Social.</li> </ul>



## ANEXO III C)

**Titulaciones y requisitos necesarios para la impartición de los módulos profesionales para los centros de titularidad privada y de otras administraciones distintas de la educativa**

Módulo profesional	Titulaciones y requisitos necesarios
0017. Habilidades sociales. 1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes. 1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente. 1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical. 1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical. 1151. Acondicionamiento físico en el agua. 1152. Técnicas de hidrocinesia. 1153. Control postural, bienestar y mantenimiento funcional. 1154. Proyecto de acondicionamiento físico. 1155. Formación y orientación laboral. 1156. Empresa e iniciativa emprendedora. A139. Didáctica aplicada al acondicionamiento físico	Licenciado, Ingeniero, Arquitecto o título de Grado correspondiente u otros títulos equivalentes.
A140. Lengua extranjera profesional: inglés 1 A141. Lengua extranjera profesional: inglés 2	Licenciado o el título de grado correspondiente u otros títulos equivalentes.



## ANEXO III D)

**Especialidades del profesorado con atribución docente en los módulos profesionales del ciclo formativo de Técnico superior en acondicionamiento físico**

Módulos profesionales	Titulaciones
0017. Habilidades sociales.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Maestro, en todas sus especialidades.</li><li>- Diplomado en Educación Social.</li><li>- Diplomado en Trabajo Social.</li></ul>
1155. Formación y orientación laboral. 1156. Empresa e iniciativa emprendedora.	<ul style="list-style-type: none"><li>- Diplomado en Ciencias Empresariales.</li><li>- Diplomado en Relaciones Laborales.</li><li>- Diplomado en Trabajo Social.</li><li>- Diplomado en Educación Social.</li><li>- Diplomado en Gestión y Administración Pública.</li></ul>



**ANEXO IV**  
**Convalidaciones**

- a) Convalidaciones entre módulos profesionales de títulos establecidos al amparo de la Ley Orgánica 1/1990 (LOGSE) y los establecidos en el título de Técnico superior en acondicionamiento físico al amparo de la Ley Orgánica 2/2006.

<b>FORMACIÓN APORTADA</b>	<b>FORMACIÓN A CONVALIDAR</b>
Animación y dinámica de grupos. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación de Actividades Físicas y Deportivas. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación Sociocultural, (Servicios Socioculturales y a la Comunidad) - Ciclo Formativo de Grado Superior de Educación Infantil, (Servicios Socioculturales y a la Comunidad)	0017. Habilidades sociales.
Fundamentos biológicos y bases del acondicionamiento físico. Primeros auxilios y socorrismo acuático. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación de Actividades Físicas y Deportivas.	1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.
Organización y gestión de una pequeña empresa de actividades de tiempo libre y socioeducativas. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Deportivas. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación Turística. (Hostelería y Turismo) - Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación Sociocultural. (Servicios Socioculturales y a la Comunidad)	1156. Empresa e iniciativa emprendedora.

- b) Convalidaciones entre módulos profesionales de títulos establecidos al amparo de la Ley Orgánica 2/2006 (LOE) y los establecidos en el título de Técnico superior en acondicionamiento físico.

<b>FORMACIÓN APORTADA</b>	<b>FORMACIÓN A CONVALIDAR</b>
1124. Dinamización Grupal. - Ciclo Formativo de Grado Superior de Enseñanza y Animación Sociodeportiva. - Ciclo Formativo de Grado Superior de	0017. Habilidades sociales.



Animación Sociocultural y Turística. (Servicios Socioculturales y a la comunidad)	
--	--

- c) Convalidaciones entre módulos profesionales establecidos en el título de Técnico superior en acondicionamiento físico y los de otros títulos establecidos al amparo de la Ley Orgánica 2/2006 (LOE).

FORMACIÓN APORTADA	FORMACIÓN A CONVALIDAR
Módulos profesionales	Módulos profesionales a convalidar (Ciclo formativo al que pertenecen)
0017. Habilidades Sociales.	1328. Atención a grupos. - Ciclo Formativo de Grado Medio de Actividades Ecuestres. - Ciclo Formativo de Grado Medio de Técnico de Guía en el Medio Natural y de Tiempo Libre.
0017. Habilidades Sociales.	0211. Destrezas sociales. - Ciclo Formativo de Grado Medio de Atención a Personas en Situación de Dependencia. (Servicios Socioculturales y a la comunidad).
1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.	0020. Primeros Auxilios. - Ciclo Formativo de Grado Medio de Actividades Ecuestres. - Ciclo Formativo de Grado Medio de Conducción de Vehículos de Transporte por Carretera. (Transporte y Mantenimiento de Vehículos) - Ciclo Formativo de Grado Medio de Atención a Personas en Situación de Dependencia. (Servicios Socioculturales y a la comunidad). - Ciclo Formativo de Grado Medio de Farmacia y Parafarmacia. (Sanidad) - Ciclo Formativo de Grado Superior de Integración Social. (Servicios Socioculturales y a la comunidad). - Ciclo Formativo de Grado Superior de Promoción de Igualdad de Género. (Servicios Socioculturales y a la comunidad). - Ciclo Formativo de Grado Superior en Mediación Comunicativa. (Servicios Socioculturales y a la comunidad). - Ciclo Formativo de Grado Superior de



	<p>Educación Infantil. (Servicios Socioculturales y a la comunidad).</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación Sociocultural y Turística. (Servicios Socioculturales y a la comunidad).</li><li>- Ciclo Formativo de Grado Superior de Higiene Bucodental. (Sanidad)</li></ul>
--	---



## ANEXO V A)

**Correspondencia de las unidades de competencia acreditadas de acuerdo a lo establecido en el Artículo 8 de la Ley Orgánica 5/2002, de 19 de junio, con los módulos profesionales para su convalidación**

<b>Unidad de competencia acreditadas</b>	<b>Módulos profesionales convalidables</b>
UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario.	1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.
UC0272_2 Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.	
UC0274_3 Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario.	1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente.
UC0275_3 Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de las SEP.	
UC0515_3 Diseñar y ejecutar coreografías con los elementos propios del aeróbic, sus variantes y actividades afines.	1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical. 1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.
UC0516_3 Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.	
UC1663_3 Diseñar y ejecutar habilidades y secuencias de fitness acuático.	1151. Acondicionamiento físico en el agua.
UC1664_3 Programar, dirigir y dinamizar actividades de fitness acuático.	
UC1665_3 Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia.	1152. Técnicas de hidrocinesia.

Nota: las personas matriculadas en este ciclo formativo que tengan acreditadas todas las unidades de competencia incluidas en el título, de acuerdo con el procedimiento establecido en el Real Decreto 1224/2009 de reconocimiento de las competencias profesionales adquiridas por experiencia laboral, tendrán convalidado el módulo profesional «0017 Habilidades sociales».



## ANEXO V B)

**Correspondencia de los módulos profesionales con las unidades de competencia para su acreditación**

<b>Módulos profesionales superados</b>	<b>Unidades de competencia acreditables</b>
1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.	UC0273_3 Determinar la condición física, biológica y motivacional del usuario. UC0272_2 Asistir como primer interviniente en caso de accidente o situación de emergencia.
1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente.	UC0274_3 Programar las actividades propias de una Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP), atendiendo a criterios de promoción de la salud y el bienestar del usuario. UC0275_3 Instruir y dirigir actividades de acondicionamiento físico con equipamientos y materiales propios de las SEP.
1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.	UC0515_3 Diseñar y ejecutar coreografías con los elementos propios del aeróbic, sus variantes y actividades afines.
1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.	UC0516_3 Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.
1151. Acondicionamiento físico en el agua.	UC1663_3 Diseñar y ejecutar habilidades y secuencias de fitness acuático. UC1664_3 Programar, dirigir y dinamizar actividades de fitness acuático.
1152. Técnicas de hidrocinesia.	UC1665_3 Elaborar y aplicar protocolos de hidrocinesia.



ANEXO VI  
Distribución horaria

Propuesta de distribución horaria diurno.

Módulo profesional	Total horas	Horas semana 1º curso	Horas semana 2º curso
0017. Habilidades sociales.	126		6
1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.	192	6	
1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente.	210		10
1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.	192	6	
1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.	84		4
1151. Acondicionamiento físico en el agua.	105		5
1152. Técnicas de hidrocinesia.	128	4	
1153. Control postural, bienestar y mantenimiento funcional.	192	6	
A139. Didáctica aplicada al acondicionamiento físico	96	3	
1154. Proyecto de acondicionamiento físico.	40		
1155. Formación y orientación laboral.	96	3	
1156. Empresa e iniciativa emprendedora.	63		3
A140. Lengua extranjera profesional: inglés 1	64	2	
A141. Lengua extranjera profesional: inglés 2	42		2
1157. Formación en centros de trabajo.	370		
TOTAL	2.000	30	30

Propuesta de distribución horaria nocturno.

Módulo profesional	Total horas	Horas semana 1º curso	Horas semana 2º curso	Horas semana 3º curso
0017. Habilidades sociales.	126			6
1136. Valoración de la condición física e intervención en accidentes.	192	6		
1148. Fitness en sala de entrenamiento polivalente.	210		7	
1149. Actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.	192		6	
1150. Actividades especializadas de acondicionamiento físico con soporte musical.	84			4
1151. Acondicionamiento físico en el agua.	105			5
1152. Técnicas de hidrocinesia.	128	4		
1153. Control postural, bienestar y mantenimiento	192	6		



funcional.				
A139. Didáctica aplicada al acondicionamiento físico	96	3		
1154. Proyecto de acondicionamiento físico.	40			
1155. Formación y orientación laboral.	96		3	
1156. Empresa e iniciativa emprendedora.	63			3
A140. Lengua extranjera profesional: inglés 1	64		2	
A141. Lengua extranjera profesional: inglés 2	42			2
1157. Formación en centros de trabajo.	370			
TOTAL	2014	19	18	20