

ENRIQUE
NIETO



PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA

ACTIVIDADES BÁSICAS DE
ACONDICIONAMIENTO FÍSICO CON
SOPORTE MUSICAL



VIRGINIA CATALINAS CONCA

MELILLA 2022-2023

TÉCNICO
SUPERIOR EN
ACONDICIONA-
MIENTO
FÍSICO.

ACTIVIDADES BÁSICAS DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO CON SOPORTE MUSICAL

Ciclo formativo:	Técnico Superior en Acondicionamiento Físico
Normativa que regula el título:	Real Decreto 651/2017, de 23 de junio; Orden EFP/923/2019 de 4 de septiembre.
Código:	1149
Profesor/a(s):	Virginia Catalinas Conca
Duración del módulo:	Horas Totales: 165 Horas a la semana: 5

1. Introducción al módulo.

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.

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.



2. Objetivos generales del ciclo que permite alcanzar el módulo

- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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.

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.

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 los 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.

3. Competencias profesionales, personales y sociales asociadas al módulo

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.

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

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.

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.

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.

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.

4. Resultados de aprendizaje (RA).

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.

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.

3. Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada.

4. Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.

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.

6. Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.

5. Unidades de trabajo (UT) asociadas a los resultados de aprendizaje.

UT	RA (S)
Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	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.
Diseño de coreografías.	Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada
Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	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.
Dirección de sesiones.	Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.
Organización de actividades de la sala de aeróbic	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.
Seguridad y prevención en la sala de aeróbic	Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.

6. Contenidos a desarrollar en las unidades de trabajo.

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: pasos básicos, enlaces, movimientos de brazos, ejercicios. Ejecución técnica, alineación segmentaria, 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: velocidad de la música, velocidad y amplitud del movimiento, grupos musculares implicados, desplazamiento y movimientos de brazos, entre otros. Soporte musical y 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.

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.

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. Medida 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.

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:
 - Perfil de participantes y adecuación de horarios de las actividades.
 - Los eventos promocionales en la planificación de actividades. Fases y trámites en la organización de eventos.
- Organización y gestión de los recursos:
 - Coordinación y gestión de los equipos, los materiales y los almacenes.
 - 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.
 - Plan de evacuación: diseño y puesta en práctica (simulacros). Soportes informativos.
 - Tipos de evacuación en función de la tipología de las personas usuarias, medidas

especiales para personas con discapacidad en casos de emergencia y evacuación.

- Coordinación con otros profesionales y servicios.
- Evaluación del plan de emergencia.

– Prevención y seguridad:

- Legislación básica y específica sobre seguridad y prevención en la sala de aeróbic.
- Seguridad de personas, de bienes y de actividades de una sala de aeróbic.
- 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 de protección medioambiental y de seguridad y salud laboral.

7. Temporalización.

Calendario

- Fecha de inicio: 12 de septiembre de 2022.
- Fecha de finalización: 21 de junio de 2023.
- Fecha de actividades de evaluación-calificación: 2 de diciembre de 2022 (1ª evaluación), 17 de marzo de 2023 (2ª evaluación), 5 de junio de 2023 (3ª evaluación) y 19 de junio de 2023 (evaluación final).
- Periodo de recuperación: del 21 al 29 de junio de 2023.

Horario

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª					
2ª					
3ª					
4ª					
5ª					
6ª					

PROGRAMA FP DUAL

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
1ª					
2ª					
3ª					
4ª			EMPRESA		
5ª		IES			EMPRESA
6ª		IES			EMPRESA

TEMPORALIZACIÓN FP DUAL

EMPRESA		CENTRO EDUCATIVO	
UT	RA	UT	RA
		Actividades básicas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	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.
SEPTIEMBRE A NOVIEMBRE			
Diseño de coreografías.	Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada	Diseño de coreografías.	Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada
DURANTE TODO EL CURSO			
Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	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.	Programación de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	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.
DURANTE TODO EL CURSO			
Dirección de sesiones.	Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.		
Organización de actividades de la sala de aeróbic	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.		
Seguridad y prevención en la sala de aeróbic	Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.		
DICIEMBRE A JUNIO			

9. Organización de espacios.

Espacio	Días y horas semanales	Tipo de actividad a realizar
Aula	Miércoles 1 hora	Clases teóricas
Instalación	Olympic Center Gym martes y viernes 4 horas	Clases prácticas

10. Aspectos metodológicos.

Estrategias metodológicas, tipos de actividades, unidades y agrupamientos	<ul style="list-style-type: none"> - Construcción de aprendizajes significativos, partiendo de las experiencias previas del alumnado y planteando actividades relacionadas con la vida real. - Aprendizaje socializador favoreciendo la interacción profesor-alumno y entre los alumnos a través del trabajo en equipo. - Aprendizaje basado en la actividad, el desarrollo de la autonomía, la indagación y la experimentación del alumnado. - Funcionalidad de los aprendizajes para conseguir una orientación y sentido profesional. - Individualización y atención a la diversidad del alumnado, adaptando los recursos y la metodología a las diferentes circunstancias. - Información continua al alumno sobre el momento del proceso de aprendizaje en el que se encuentra, haciéndole ver sus posibilidades y las dificultades a superar. - Apuesta por un desafío cognitivo que lleve al alumnado a reflexionar y justificar sus actuaciones, asociándola a la caracterización de contextos laborales reales. - Fomento del uso de las TIC, potenciando el aprendizaje de habilidades asociadas a estas. - Fomento de un estilo de vida saludable y de la práctica de actividad física habitual, haciendo consciente al alumnado del grado de consecución de dichos hábitos a través de la autoevaluación.
Tipos de actividades	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Iniciales</i>: debates, visionado de vídeos, pruebas iniciales, juegos y dinámicas de grupo. - <i>De desarrollo</i>: <ul style="list-style-type: none"> • <i>De demostración</i>: docencia directa, visita de expertos, visionado de vídeos y asistencia a conferencias. • <i>De investigación</i>: búsqueda en la web, lectura de artículos y libros específicos. • <i>De aplicación</i>: actividades de clase, trabajos prácticos, proyectos de grupo y prácticas docentes. - <i>De refuerzo y ampliación</i>: actividades de recuperación, trabajos alternativos, técnicas de estudio y programas individualizados. - <i>Complementarias y extraescolares</i>: semanas temáticas, prácticas en centros deportivos

	<p>concertados y colaboraciones externas.</p> <p>- <i>De evaluación</i>: pruebas teóricas y prácticas, exposiciones orales, fichero de actividades, trabajos y prácticas docentes.</p>	
Unidades y agrupamientos	<p>- Trabajo individual.</p> <p>- Trabajo en grupos pequeños: homogéneos y heterogéneos (tutorización de iguales y grupos de expertos).</p> <p>- Trabajo en grupo-clase.</p> <p>- Trabajo en gran grupo: del mismo o diferente ciclo y de diferente etapa.</p>	
Materiales y recursos	Didácticos	Curriculares
	<p>- Audiovisual: ordenadores, proyector, tableta digital y teléfono móvil.</p> <p>- Didáctico impreso: artículos de revistas especializadas y plantillas para prácticas.</p> <p>- Deportivo específico de soporte musical</p>	<p>- Bibliografía especializada de consulta.</p> <p>- Material curricular existente en páginas web específicas de Formación profesional y de entrenamiento deportivo.</p>
Otros recursos humanos	<p>- Antiguos alumnos que expongan su experiencia personal y profesional.</p> <p>- Técnicos especialistas para profundizar en determinados temas.</p> <p>- Voluntarios y asociaciones con un mensaje relacionado con la prevención y la salud.</p> <p>- Otros profesores del centro, de otros centros o de la universidad que ayuden a complementar la formación.</p>	
Medidas para la atención a la diversidad y NEAE	<p>- Individualización:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ajustando las cargas de entrenamiento a las posibilidades de cada uno. • Ofreciendo alternativas y plazos flexibles en la programación. • Estableciendo unos contenidos mínimos y otros de ampliación para ajustarse a los diferentes niveles y motivaciones del alumnado. • Ofreciendo tutorías individualizadas de atención y orientación al alumno. • Adaptaciones metodológicas o ACI en caso necesario. <p>- Normalización: realización conjunta de las sesiones con el grupo clase, sin diferenciación alguna y sí ajustando su participación a sus posibilidades individuales.</p> <p>- Inclusión: haciendo a todo el alumnado partícipe e integrando a los más rezagados o a aquellos que se incorporen más tarde, ofreciendo actividades de refuerzo y ampliación.</p> <p>- Interacción: a través de diferentes formas de agrupamiento que fomenten la interrelación de todo el alumnado.</p>	

10.1. Actividades complementarias.

Primer trimestre	Exámenes Prácticos en diferentes ámbitos escolares, coreografía Halloween.
Segundo trimestre	Exámenes Prácticos en diferentes ámbitos escolares, coreografía flash mobe.
Tercer trimestre	Exámenes Prácticos en diferentes ámbitos escolares, coreografía Musical.

10.2. Actividades extraescolares.

Primer trimestre	Feria de la salud BEACTIVE 2022.
Segundo trimestre	Videoclib.
Tercer trimestre	Fitness gym camp.

Todos los alumnos pertenecientes a la **FP dual**, también participaran en dichas actividades formativas, además de las propias de la empresa.



11. Criterios de evaluación.

	Criterio	Instrumentos
<p>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.</p>	<p>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.</p> <p>b) Se ha valorado la importancia del control postural en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.</p> <p>c) Se han analizado las adaptaciones fisiológicas al trabajo realizado en las actividades básicas de acondicionamiento físico con soporte musical.</p> <p>d) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>- Examen escrito.</p> <p>- Examen práctico.</p> <p>- Trabajos.</p>
<p>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.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>h) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.</p>	<p>- Examen práctico.</p> <p>- Trabajos</p> <hr/> <p style="text-align: center;">FP DUAL</p> <p>40% Evaluación de la empresa mediante una hoja de registro.</p> <p>60% Examen práctico en la empresa, evaluado por el profesor del módulo.</p>

<p>Diseña coreografías sencillas, adaptándolas a los objetivos y contenidos de una sesión y a la música seleccionada.</p>	<p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>e) Se ha determinado la metodología que se emplea en la enseñanza de las coreografías.</p> <p>f) Se han utilizado técnicas específicas de representación gráfica o escrita para recoger y registrar pasos, movimientos, ejercicios y composiciones.</p> <p>g) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.</p>	<p>- Examen práctico. - Trabajos</p> <hr/> <p>FP DUAL</p> <p>40% Evaluación de la empresa mediante una hoja de registro.</p> <p>60% Examen práctico en la empresa, evaluado por el profesor del módulo.</p>
<p>Dirige sesiones de actividades básicas de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical, aplicando metodologías específicas para su desarrollo.</p>	<p>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.</p> <p>b) Se ha informado acerca del desarrollo de la sesión y los requerimientos de vestimenta y complementos.</p> <p>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.</p> <p>d) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes.</p> <p>e) Se ha supervisado la indumentaria y complementos de las personas participantes para garantizar la funcionalidad, el confort y la seguridad.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>h) Se han aplicado los instrumentos de evaluación de la sesión.</p> <p>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.</p>	<p>- Examen práctico. - Trabajos</p> <hr/> <p>FP DUAL</p> <p>40% Evaluación de la empresa mediante una hoja de registro.</p> <p>60% Examen práctico en la empresa, evaluado por el profesor del módulo.</p>
<p>Organiza las actividades de</p>	<p>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</p>	<p>- Examen práctico. - Trabajos</p>

<p>una sala de aeróbic, estableciendo las pautas de organización de los recursos específicos que garanticen la versatilidad, la eficacia y la seguridad.</p>	<p>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.</p>	<p>FP DUAL</p> <p>40% Evaluación de la empresa mediante una hoja de registro.</p> <p>60% Examen práctico en la empresa, evaluado por el profesor del módulo.</p>
<p>Aplica los planes de emergencia en la sala de aeróbic, valorando las condiciones y los factores de riesgo.</p>	<p>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.</p>	<p>- Examen escrito. - Examen práctico. - Trabajos</p> <p>FP DUAL</p> <p>40% Evaluación de la empresa mediante una hoja de registro.</p> <p>60% Examen práctico en la empresa, evaluado por el profesor del módulo.</p>

12.A Criterios de calificación.		
	Descripción	%
Teoría	Exámenes escritos, cuestionarios, exposiciones y dosieres.	30
Examen practico	Examen práctico, dirección de clases.	40
Actividades diarias	Coreografías diarias.	30
<p>Observaciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Para que se valore la asistencia se debe participar de manera activa en el 80% o más de las prácticas. - Los trabajos son de carácter personal e intransferible, suponiendo la copia la pérdida total de puntuación en este apartado. Del mismo modo, la entrega de trabajos fuera del plazo fijado implica la no calificación de los mismos. - Para la superación del módulo el alumnado debe obtener una calificación mínima teniendo en cuenta todos los criterios de calificación de 5 puntos sobre 10. 		

-Para realizar la media de las tres partes será necesario tener, al menos, un 5 en cada una de ellas.

12. B Criterios de calificación. (FP DUAL)

	Descripción	%
Trabajos y talleres	En las clases del primer trimestre y los martes.	30
Empresa	Trabajo realizado en la empresa	40
Exámenes	Realizados en la empresa y en el centro educativo.	30

Observaciones:

- La no asistencia a la empresa de trabajo sin justificación médica, implica un suspenso total del módulo.
- Los trabajos son de carácter personal e intransferible, suponiendo la copia la pérdida total de puntuación en este apartado. Del mismo modo, la entrega de trabajos fuera del plazo fijado implica la no calificación de los mismos.
- Para la superación del módulo el alumnado debe obtener una calificación mínima teniendo en cuenta todos los criterios de calificación de 5 puntos sobre 10.
- Para realizar la media de las tres partes será necesario tener, al menos, un 5 en cada una de ellas.

13. Bibliografía de aula.

Diéguez Papí, Julio. "Aeróbic en salas de fitness. Manual teórico práctico". 2ª Edición. 2004. Editorial Inde.
 Vendramin, B., Bergamin, M., Gobbo, S., Cugusi, L., Duregon, F., Bullo, V., ... & Ermolao, A. (2016). Health Benefits of Zumba Fitness Training: A Systematic Review. PM&R. doi: 10.1016/j.pmrj.2016.06.010

14. Atención a pendientes y medidas de recuperación.

Alumnado que no supere el MP en periodo lectivo	<p>El motivo de no superación podrá ser una o varias de las siguientes circunstancias:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de asistencia (justificada o sin justificar) y/o participación activa a más del 20% de las sesiones. 2. No superación de alguno de los bloques de contenidos a través de las pruebas parciales. 3. No obtención de una calificación total de 5 puntos o más. <p>En el caso 1 el alumno pierde la evaluación continua y tiene que presentarse a una única prueba teórico-práctica final. En los casos 2 y 3 el alumno debe presentarse al parcial no superado o hacer entrega del trabajo correspondiente, según el caso, hasta alcanzar la puntuación mínima exigida.</p>
Alumnado que pierda la evaluación continua	<p>La falta de asistencia o la participación pasiva en la misma en un porcentaje superior al 20% implica la pérdida de la evaluación continua, por lo que el alumnado será calificado exclusivamente con una única prueba final.</p>

<p>Medidas generales de recuperación a lo largo del curso para repetidores y pendientes</p>	<p>Los alumnos deberán asistir al módulo que tengan pendiente y realizar la evaluación de la misma manera que el resto de compañeros siempre que sea posible. En el caso de no poder asistir a las clases por incompatibilidad horario con segundo curso, tendrá sesiones tutoriales con el profesor cada trimestre para determinar las actividades teórico-prácticas oportunas para la superación del módulo.</p>
---	--