

## **BACHILLERATO TÉCNICO EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

### **1. IDENTIFICACIÓN DEL TÍTULO**

**Denominación:** Acondicionamiento Físico y Entrenamiento Deportivo

**Familia Profesional:** Actividades Físicas y Deportivas

**Nivel:** 3\_Bachiller Técnico

**Código:** AFD\_65\_3

### **2. PERFIL PROFESIONAL**

#### **Competencia general**

Programar, dirigir e instruir en las actividades que contribuyan al acondicionamiento físico y desarrollo físico de personas, ya sea individual o en grupo, realizando la valoración inicial y periódica de la condición física y motivacional de los participantes; y realizar la programación, seguimiento y valoración del entrenamiento de deportes individuales o de conjunto —atletismo, natación, deportes con pelota y de combate—, dirigiendo integralmente antes, durante y después de la competición a los deportistas, y con un nivel de calidad, tanto en el proceso como en los resultados, siempre desde la observancia y promoción de la salud y el bienestar.

#### **Unidades de Competencia**

UC\_596\_3: Valorar y comprobar la condición física y motivacional de participantes en actividades físicas y deportivas.

UC\_558\_3: Asistir, en primera instancia, en caso de accidente o situación de emergencia.

UC\_597\_3: Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico individual.

UC\_588\_3: Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo y coreografías.

UC\_598\_3: Programar y dirigir el entrenamiento de deportes individuales o de conjunto.

UC\_599\_3: Realizar y dinamizar actividades secuenciadas de asimilación de técnicas específicas en atletismo.

UC\_600\_3: Realizar y dinamizar acciones técnico-tácticas de deportes con pelota.

UC\_601\_3: Realizar y dinamizar acciones técnico-tácticas combinadas en deportes de combate.

UC\_591\_3: Realizar y dinamizar actividades secuenciadas de asimilación de habilidades y destrezas específicas relacionadas con la natación.

UC\_602\_3: Dirigir integralmente a los deportistas antes, durante y después de la competición deportiva.

#### **Entorno Profesional**

##### Ámbito Profesional

Desarrolla su actividad profesional fundamentalmente en el sector público, como municipios y distritos, servicios del Ministerio de Deporte y Recreación, Federaciones deportivas y centros educativos, entre otros. También puede trabajar en el sector privado destinado al acondicionamiento físico como gimnasios y entidades deportivas, así como en otros sectores: hoteles, centros turísticos, albergues y campamentos, centros penitenciarios, centros de recuperación funcional, entre otros.

##### Sectores Productivos

Se ubica en los sectores del deporte, la educación, la salud, el turismo, ocio y tiempo libre.

Ocupaciones y puestos de trabajo relevantes:

- Referente Internacional: Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones (CIUO) 2008
  - 3422 Entrenador, instructor y árbitro de actividades deportivas.

- 3423 Instructor de educación física y actividades recreativas.
- Otras ocupaciones:
  - Instructores de actividades de acondicionamiento físico.
  - Entrenadores personal.
  - Entrenadores de deportes con pelota.
  - Entrenadores de deportes de combate.
  - Entrenadores de deportes individuales.
  - Instructores de actividades de fitness.
  - Monitores de aeróbic.
  - Monitores de ciclo indoor.
  - Promotores de actividades físico-deportivas y recreativas.
  - Coordinadores de actividades polideportivas.
  - Coordinadores de actividades de fitness.
  - Coordinadores de actividades físico-deportivas y recreativas de ocio educativo.
  - Técnicos de apoyo en la preparación física de deportistas.
  - Técnicos de apoyo en el entrenamiento deportivo.
  - Técnicos de apoyo en recuperación funcional.
  - Técnicos de apoyo en gabinetes de medicina deportiva.
  - Profesores de natación.
  - Tutores deportivo en eventos y competiciones.
  - Auxiliares de control de competiciones deportivas.

### **3. FORMACIÓN ASOCIADA AL TÍTULO**

#### **PLAN DE ESTUDIOS**

Las asignaturas y módulos que conforman el Plan de Estudio del Bachiller Técnico en Acondicionamiento Físico y Entrenamiento Deportivo se especifican a continuación:

#### **MÓDULOS FORMATIVOS ASOCIADOS A UNIDADES DE COMPETENCIA**

MF\_596\_3: Condición física y salud  
 MF\_558\_1: Primeros auxilios  
 MF\_597\_3: Acondicionamiento físico  
 MF\_588\_3: Acondicionamiento físico grupal y coreografías  
 MF\_598\_3: Organización del entrenamiento deportivo  
 MF\_599\_3: Atletismo  
 MF\_600\_3: Deportes con pelota  
 MF\_601\_3: Deportes de combate  
 MF\_591\_3: Natación  
 MF\_602\_3: Competición deportiva  
 MF\_603\_3: Módulo de formación en centros de trabajo

#### **MÓDULOS COMUNES**

MF\_002\_3: Ofimática  
 MF\_004\_3: Emprendimiento  
 MF\_006\_3: Formación y Orientación Laboral

#### **ASIGNATURAS**

Lengua Española  
 Matemática

Ciencias sociales  
Ciencias de la Naturaleza  
Formación Integral Humana y Religiosa  
Educación Física  
Educación Artística  
Lenguas Extranjeras (Inglés)  
Inglés Técnico

**4. PERFIL DEL(DE LA) DOCENTE DE LOS MÓDULOS FORMATIVOS**

**5. REQUERIMIENTOS MÍNIMOS DE ESPACIOS, INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTO**

**6. CRÉDITOS**

**COMISIÓN TÉCNICA COORDINADORA GENERAL**

**GRUPO DE TRABAJO DE LA FAMILIA PROFESIONAL**

**ORGANIZACIONES QUE HAN PARTICIPADO EN LA VALIDACIÓN EXTERNA DE LOS TÍTULOS DE LA FAMILIA PROFESIONAL ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS**

## UNIDADES DE COMPETENCIA

<b>Unidad de Competencia 1: Valorar y comprobar la condición física y motivacional del participante en actividades físicas y deportivas.</b>		
Código: UC_596_3	Nivel: 3	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC1.1: Determinar una batería de test pedagógicos y pruebas biomédicas para el estudio y análisis del estado de salud y condición física de los participantes seleccionando los test, pruebas y cuestionarios de acuerdo con el tipo de deporte que se practica, sus características individuales, expectativas y los medios disponibles.	<p>CR1.1.1 Aplica test, pruebas y cuestionarios de acuerdo con el cronograma general de actividades.</p> <p>CR1.1.2 Busca y registra sistemáticamente la documentación relativa a test, pruebas médicas y cuestionarios de uso frecuente en el acondicionamiento físico, tanto en el ámbito del cuidado corporal como en el deportivo.</p> <p>CR1.1.3 Selecciona objetivamente los test de aptitud física, con base en criterios de máxima validez y fiabilidad, de forma que:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Permitan valorar parámetros biológicos, morfológicos y funcionales relacionados con la condición física.</li> <li>- Sean coherentes con las características y necesidades del participante.</li> <li>- Se puedan realizar con los medios disponibles dentro de los márgenes de práctica segura exigibles para este tipo de actividades.</li> <li>- Se puedan aplicar de forma autónoma o, en su caso, en colaboración con el técnico especialista.</li> </ul> <p>CR1.1.4 Selecciona adecuadamente las pruebas de análisis biológico para determinar aspectos fisiológicos básicos relacionados con el rendimiento y la salud —especialmente en cuanto a: composición corporal, respuesta del sistema cardiovascular, posibilidades de movimiento y autonomía, entre otros—, de forma autónoma o, en su caso, en colaboración con el técnico especialista.</p> <p>CR1.1.5 Detecta las necesidades de autonomía personal que presentan los participantes con capacidades diferentes se detectan a través de las pruebas médicas, pedagógicas y psicológicas que cumplan con los requisitos legales.</p>	
EC1.2: Realizar las pruebas iniciales y sistemáticas, para determinar y valorar la condición física del participante respecto al ámbito del acondicionamiento físico y el cuidado corporal, en condiciones de máxima seguridad.	<p>CR1.2.1 Solicita el asesoramiento médico antes de realizar las pruebas, para aquellas personas en las que se identifiquen signos evidentes de alguna circunstancia en la que la actividad física suponga un riesgo potencial para su salud.</p> <p>CR1.2.2 Realiza el protocolo de cada test y de cada prueba de forma personalizada, y se aplica en su realización, a fin de comprobar que la estructura técnica y el ritmo del ejercicio se ajustan al protocolo correspondiente.</p> <p>CR1.2.3 Adapta concretamente las pruebas completas para el análisis del participante según el tipo de deporte y las características del participante; y las utiliza para obtener datos acerca de su evolución deportiva e informes médicos, entre otros, así como para detectar los intereses, expectativas y limitaciones del mismo no apreciables con las pruebas y test seleccionados.</p> <p>CR1.2.4 Adecua la información y la preparación previas a la ejecución de las distintas pruebas en contenido y forma, y prevé la fase de recuperación posterior.</p> <p>CR1.2.5 Vigila los síntomas de fatiga, sensación de desmayo y/o dolor del</p>	

	<p>propio participante, a instancias de las indicaciones recibidas a este respecto.</p> <p>CR1.2.6 Selecciona los implementos y ayudas técnicas para una comunicación adecuada con los participantes con capacidades diferentes, en función de sus necesidades.</p>
EC1.3: Registrar los resultados de los test, pruebas y cuestionarios en la ficha de control del participante, para facilitar la información, elaboración y seguimiento de los programas de acondicionamiento físico.	<p>CR1.3.1 Diseña y elabora la ficha de control y seguimiento de forma cualitativa y cuantitativa teniendo en cuenta la actividad deportiva.</p> <p>CR1.3.2 Registra los resultados de los test, pruebas y cuestionarios se registran en la ficha de control del participante, para conocer su evolución dentro de la actividad deportiva que desarrolla.</p> <p>CR1.3.3 Registra las debilidades detectadas en el participante, claramente en la ficha de control y seguimiento, para que sean valoradas por el técnico y reciban una atención priorizada y consecuente posterior de acuerdo con el programa de acondicionamiento físico.</p> <p>CR1.3.4 Utiliza los equipos y aplicaciones informáticos para obtener, procesar y registrar la información obtenida en los resultados del participante.</p> <p>CR1.3.5 Realiza los cálculos estadísticos, tablas, gráficas y curvas de rendimiento, y se asegura de su idoneidad, tanto para informar periódicamente al participante sobre sus progresos e incidencias como para la elaboración del informe de evaluación sobre el proceso y el resultado de los mismos.</p>
EC1.4: Interpretar los resultados de test, pruebas y cuestionarios, para corregir o modificar el programa de acondicionamiento físico, e informar al participante sobre sus resultados.	<p>CR1.4.1 Interpreta los resultados obtenidos con valores normales de referencia, realizando consultas a los especialistas deportivos, en caso de existir alguna alteración.</p> <p>CR1.4.2 Identifica los aspectos deficitarios de la condición física para facilitar la determinación de prioridades y objetivos que se expresarán posteriormente en el programa de acondicionamiento físico.</p> <p>CR1.4.3 Identifica los signos evidentes de una inadecuada composición corporal; y, en caso necesario, remite al participante al servicio médico para una valoración diagnóstica y/o prescriptiva.</p> <p>CR1.4.4 Compara los resultados obtenidos en determinaciones sucesivas de la condición física y motivacional, para comprobar la situación inicial y evolución del participante, a fin de elaborar el informe pertinente.</p> <p>CR1.4.5 Utiliza los indicadores biológicos obtenidos en las pruebas realizadas para valorar las condiciones de salud del participante y evitar prácticas inadecuadas en el proceso de acondicionamiento físico; y lo remite al servicio médico en caso de existir alguna alteración.</p> <p>CR1.4.6 Comprueba que la información que recibe el participante sobre los resultados es clara y accesible, y le permite conocer su condición inicial y comprobar su propia evolución.</p> <p>CR1.4.7 Determina que la información técnica sobre los resultados es cualitativa y cuantitativamente suficiente para la elaboración de programas personales de acondicionamiento físico, en distintos contextos y espacios de intervención.</p>
Contexto profesional	
<u>Medios de producción:</u> Caminadora o estera rodante, bicicleta, dinamómetro, cicloergómetro, cuerdas para desarrollar fuerza, <i>dumbbells</i> , pesas en diferentes pesos, discos, barras, barra fija, paralelas para extremidades	

superiores, balanza, cronómetro, silbato, cinta métrica, colchonetas, vestimenta deportiva apropiada y calzado deportivo. Caliper o plicómetros, tallímetros, material deportivo según el tipo de deporte. Equipos de oficina.

Productos y resultados:

Baterías personalizadas de pruebas, test y cuestionarios. Informe sobre el resultado de la condición física del participante. Fichas de Control y seguimiento con datos de los usuarios y con los resultados de los test y pruebas realizadas. Informes sobre el estado del usuario.

Información utilizada o generada:

Documentación técnica. Hora de trabajo diario. Ficha del programa de acondicionamiento físico. Expediente de cada participante. Resultados de exámenes especializados. *Software* de consulta. Documentación técnica de equipos y materiales. Información técnica relativa a la metodología, procedimiento. Indicaciones y contraindicaciones de aplicación de pruebas, test y cuestionarios. Valores normales de referencia. Bibliografía especializada.

**Unidad de Competencia 2: Asistir, en primera instancia, en caso de accidente o situación de emergencia.**

Código	UC_558_3	Nivel: 3	Familia Profesional: Salud
Elementos de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)		
EC2.1: Buscar signos de alteraciones orgánicas a un(a) usuario(a) con necesidad de auxilio, siguiendo el protocolo de exploración de signos vitales, para la actuación como primer(a) interviniente.	<p>CR2.1.1 Establece, si es posible, comunicación con el usuario con necesidad de auxilio, para recabar información sobre su estado y si conoce las causas que lo han originado.</p> <p>CR2.1.2 Pregunta, con deferencia y respeto, a las personas del entorno para completar la información sobre el suceso.</p> <p>CR2.1.3 Realiza una exploración básica sobre la permeabilidad de la vía aérea, ventilación, circulación y nivel de consciencia del(de la) paciente.</p> <p>CR2.1.4 Informa, en caso de necesidad, al servicio de atención de emergencias, de los resultados del chequeo realizado; consulta sobre las maniobras que se vayan a aplicar y solicita otros recursos que pudiesen ser necesarios.</p> <p>CR2.1.5 Analiza, en caso de traumatismo, la forma en que se ha producido para buscar las posibles lesiones asociadas.</p> <p>CR2.1.6 Utiliza elementos de protección individual, en el caso de atención a un(a) accidentado(a), para prevenir riesgos durante su asistencia.</p>		
EC2.2: Aplicar técnicas básicas de soporte ventilatorio y/o circulatorio, según el protocolo establecido.	<p>CR2.2.1 Realiza la apertura y limpieza de la vía aérea mediante las técnicas manuales adecuadas o aspirador.</p> <p>CR2.2.2 Aplica la técnica postural indicada, para mantener la permeabilidad de la vía aérea en accidentados(as) inconscientes.</p> <p>CR2.2.3 Aplica técnicas manuales de desobstrucción de la vía aérea, si con ello se logra recuperar la permeabilidad de la vía.</p> <p>CR2.2.4 Utiliza el balón resucitador autoinflable, si está disponible, para dar soporte ventilatorio al(a la) accidentado(a) que lo precise.</p> <p>CR2.2.5 Realiza las maniobras de reanimación cardiorrespiratoria ante una situación de paro cardiorrespiratorio.</p> <p>CR2.2.6 Aplica oxigenoterapia, en caso de necesidad y si está disponible, siguiendo pautas establecidas.</p> <p>CR2.2.7 Hace uso del desfibrilador semiautomático, en caso de necesidad, conforme a las normas y protocolos establecidos.</p> <p>CR2.2.8 Aplican procedimientos de hemostasia, ante hemorragias</p>		

	<p>externas, hasta comprobar que han cesado.</p> <p>CR2.2.9 Ayuda a colocar a la persona con necesidad de auxilio en la postura indicada para el tipo de trastorno que padece.</p>
<p>EC2.3: Prestar los cuidados básicos iniciales en situaciones de emergencia que no impliquen un paro cardiorrespiratorio, según protocolo establecido.</p>	<p>CR2.3.1 Avisa y consulta al servicio de atención de emergencias, sobre las medidas que procede aplicar como respuesta a la situación concreta que se esté produciendo.</p> <p>CR2.3.2 Aplica cuidados iniciales a accidentados(as) que han sufrido lesiones por agentes físicos y/o químicos, según la naturaleza del agente y las pautas de tratamiento inicial.</p> <p>CR2.3.3 Avisa a los servicios de emergencia para el traslado de una mujer en situación de parto inminente, y la atiende hasta su transferencia al hospital.</p> <p>CR2.3.4 Atiende a las personas con crisis convulsivas para controlar que no se hagan daño.</p> <p>CR2.3.5 Coloca a la persona accidentada en la posición y en el entorno más adecuados en función de su estado y de la situación de emergencia.</p> <p>CR2.3.6 Colabora con el equipo civil y de salud en las situaciones de emergencia colectiva y catástrofe, para realizar una primera atención en la primera clasificación de los(as) afectados(as) conforme a criterios elementales.</p>
<p>EC2.4: Participar en las actividades de primeros auxilios, para generar un entorno seguro en situaciones de emergencia.</p>	<p>CR2.4.1 Ayuda a colocar los elementos de señalización y balizamiento de la zona, utilizando los elementos necesarios.</p> <p>CR2.4.2 Coloca al accidentado o accidentada en lugar seguro.</p> <p>CR2.4.3 Aplica las técnicas de movilización e inmovilización para colocar al(a la) accidentado(a) en una posición anatómica no lesiva hasta que los servicios sanitarios de emergencia acudan a la zona o para proceder a su traslado en caso necesario.</p> <p>CR2.4.4 Utiliza los medios y equipos de protección personal, para prevenir riesgos y accidentes laborales.</p>
<p>EC2.5: Apoyar psicológicamente a la persona accidentada y familiares, en situaciones de emergencias de salud.</p>	<p>CR2.5.1 Descubre las necesidades psicológicas del(de la) accidentado(a), y aplica técnicas básicas de soporte psicológico para mejorar su estado emocional.</p> <p>CR8.5.2 Establece comunicación con la persona accidentada y su familia, de forma fluida, desde la toma de contacto hasta su traslado; y atiende, en la medida de lo posible, todos sus requerimientos.</p> <p>CR8.5.3 Transmite confianza y seguridad al(a la) accidentado(a) durante toda la actuación.</p> <p>CR8.5.4 Facilita la comunicación de la persona accidentada con sus familiares.</p> <p>CR8.5.5 Atiende a los familiares de los accidentados, brindándoles información sobre las cuestiones que puedan plantear dentro de sus competencias.</p>
Contexto Profesional	
<p><u>Medios de producción:</u></p> <p>Material de movilización e inmovilización. Material electromédico. Material fungible. Botiquín. Equipo de oxigenoterapia. Desfibrilador semiautomático. Equipo de protección individual. Sistema de comunicación. Kit de organización en catástrofe. Protocolos de actuación. Material de señalización y balizamiento. Material de autoprotección. Técnicas de comunicación. Técnicas de información. Técnicas de observación y valoración.</p>	

**Productos y resultados:**

Valoración inicial del(de la) accidentado(a). Aplicación de técnicas de soporte vital básico. Aplicación de cuidados básicos a las emergencias más frecuentes. Clasificación básica de accidentados(as) en emergencias colectivas y catástrofes. Generación de un entorno seguro para la asistencia a las personas. Inmovilización preventiva de las lesiones. Movilización con las técnicas adecuadas. Evacuación desde el lugar del suceso hasta un lugar seguro. Traslado en la posición anatómica más adecuada a las necesidades del(de la) accidentado(a). Protocolos de actuación. Informe de asistencia. Conocimiento de las necesidades psicológicas del(de la) accidentado(a). Seguridad al(a la) accidentado(a) ante la asistencia. Canalización de los sentimientos de los familiares. Aplacamiento de las situaciones de irritabilidad colectiva.

**Información utilizada o generada:**

Manuales de primeros auxilios. Revistas y bibliografía especializadas. Protocolos de actuación. Informes.

<b>Unidad de Competencia 3: Programar y dirigir las actividades de acondicionamiento físico individual.</b>		
Código: UC_597_3	Nivel: 3	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC3.1: Elaborar la planificación específica de la sala de entrenamiento polivalente, de forma que asegure un óptimo rendimiento de la misma, a partir de la programación general.	<p>CR3.1.1 Elabora la planificación específica de la sala de entrenamiento polivalente, siguiendo las directrices recibidas y/o reflejadas en la programación general y en las directrices organizativas de la entidad.</p> <p>CR3.1.2 Organiza los horarios y las zonas de trabajo de forma coherente, y adaptados a las directrices generales de la entidad, a fin de garantizar una gestión eficiente de la sala, con un protocolo diferenciado para las horas de máxima afluencia de participantes.</p> <p>CR3.1.3 Coordina, con los técnicos responsables, las actividades que supongan una interacción con otras áreas o departamentos.</p> <p>CR3.1.4 Concreta el control y sistemas de riesgos de la sala y los adecua a las normas técnicas establecidas y al reglamento interno de la institución.</p> <p>CR3.1.5 Prescribe el mantenimiento del lugar, detallando quién, cómo y con qué frecuencia este debe realizarse para obtener el óptimo estado, tanto de los medios como de las superficies, para que propicien el seguro desplazamiento, contacto y manipulación de los participantes con los medios y áreas de las actividades de preparación física.</p> <p>CR3.1.6 Incluye la organización de competencias, concursos y eventos lúdico-deportivos en la oferta de actividades que se incluye en la planificación específica, siempre y cuando beneficien directamente a los participantes habituales.</p> <p>CR3.1.7 Establece las reglas y normas para la optimización de las relaciones interpersonales; y las incluye en la programación específica, cuando no existan o no estén reflejadas en la programación general de la entidad.</p> <p>CR3.1.8 Detecta los obstáculos arquitectónicos y necesidades de adaptación de las instalaciones en entradas y salidas, salas, vestuarios, duchas, etc.; y propone alternativas viables para optimizar las posibilidades de autonomía en las personas con capacidades diferentes, a fin de potenciar el rendimiento de todos los participantes.</p> <p>CR3.1.9 Prevé las estrategias para asegurar la integración de los participantes con capacidades diferentes; y las registra en la programación específica, para que sirvan de referencia durante el desarrollo de las sesiones.</p>	



<p>EC3.2: Supervisar sistemáticamente las instalaciones, equipos y medios, asegurando su disponibilidad, seguridad y uso correcto.</p>	<p>CR3.2.1 Realiza las gestiones necesarias para el uso de las instalaciones y el material que se van a utilizar; y verifica su disponibilidad, asegurándose de que no existan barreras, ni obstáculos que impidan o dificulten las posibilidades de movilidad, desplazamiento y autonomía personal de los participantes.</p> <p>CR3.2.2 Verifica que el material y las instalaciones se encuentran en las condiciones previstas para su utilización y que se adaptan, en caso necesario, a las características y necesidades de los participantes con capacidades diferentes.</p> <p>CR3.2.3 Comprueba que el mantenimiento preventivo del material se ha realizado o está en ejecución.</p> <p>CR3.2.4 Mantiene el inventario actualizado, y recomienda su reposición en caso de que lo amerite.</p> <p>CR3.2.5 Supervisa la vestimenta y el material personal del participante, y le informa, si fuese necesario, las características que deben cumplir, para que la actividad pueda desarrollarse de una forma higiénica, confortable y con máximo rendimiento.</p> <p>CR3.2.6 Establece, prepara y lleva a cabo las medidas de seguridad necesarias para el desarrollo de la actividad, a fin de reducir al máximo el riesgo de lesiones y/o accidentes.</p>
<p>EC3.3: Elaborar programas de acondicionamiento físico, adaptados a los objetivos, posibilidades e intereses de los participantes, a los medios disponibles y necesidades detectadas en el análisis inicial.</p>	<p>CR3.3.1 Los resultados obtenidos en la batería de pruebas, test y cuestionarios se analizan y utilizan inicialmente, para determinar criterios de afinidad en el ámbito motriz, motivacional y relacional que contribuyan a la formación de grupos homogéneos, considerando también la asignación del instructor más apropiado para cada grupo.</p> <p>CR3.3.2 Confecciona los programas de acondicionamiento físico aplicando los fundamentos biológicos relativos a los procesos adaptativos derivados de la actividad física en general, y al principio de supercompensación en particular, estableciendo la carga de entrenamiento adecuada en cuanto a frecuencia, volumen e intensidad.</p> <p>CR3.3.3 Se asegura de que las actividades y ejercicios seleccionados para el programa de acondicionamiento físico son compatibles con las características psicósomáticas de los participantes, adecuadas a las necesidades y expectativas de los mismos y no suponen riesgo, por ser congruentes y adaptadas a las posibles prescripciones médicas y/o a personas con capacidades diferentes.</p> <p>CR3.3.4 Establece la duración de las secuencias en cada una de las sesiones, los volúmenes, las curvas de intensidad y de recuperación, buscando un efecto acumulativo óptimo que dé respuesta a los objetivos planteados a mediano y largo plazo.</p> <p>CR3.3.5 Se asegura de que las metodologías para el desarrollo de las diferentes actividades son coherentes y suficientemente contrastadas; y elige las estrategias de instrucción más adecuadas para los objetivos propuestos y para solucionar cualquier dificultad.</p> <p>CR3.3.6 Determina el material necesario teniendo en cuenta los recursos disponibles, los objetivos planteados, las propuestas metodológicas adoptadas y las características de los participantes.</p> <p>CR3.3.7 Incluye los criterios de nutrición balanceada junto con orientaciones relativas a otras prácticas complementarias —sauna, masaje, etc.—, como</p>

	<p>indicaciones anexas al programa de entrenamiento, enmarcando la importancia para el progreso y la salud del participante.</p> <p>CR3.3.8 Prevé las estrategias para facilitar la comunicación entre el técnico y los participantes a partir del análisis de sus necesidades, y explica las que son específicas para atender a las personas con necesidades especiales.</p> <p>CR3.3.9 Prevé las ayudas para facilitar la realización de las actividades a las personas con capacidades diferentes, para lograr su máxima y eficaz participación.</p> <p>CR3.3.10 Utiliza los equipos y aplicaciones informáticos para la elaboración del programa.</p> <p>CR3.3.11 Determina los objetivos generales e intermedios de las progresiones de acondicionamiento físico programadas, así como los de cada una de las sesiones, considerando las características y expectativas de cada participante:</p> <p>El nivel de condición física en general, y las capacidades físicas relacionadas con la salud en particular.</p> <p>La habilidad motriz coordinativa, en particular la relacionada con las habilidades rítmicas.</p> <p>La disponibilidad de medios materiales y adaptación de estos según el ejercicio que debe realizar.</p> <p>CR3.3.12 Establece las estrategias de instrucción, incidiendo especialmente en el aprendizaje y dominio de los elementos técnicos y coordinativos para la mejora de la condición física.</p>
EC3.4: Instruir al participante en la realización de los ejercicios establecidos en el programa, utilizando la metodología más adecuada.	<p>CR3.4.1 Utiliza las fichas de control empleando el lenguaje apropiado y comprensible por el participante, para realizar mejor su entrenamiento y para que, tanto él como el técnico, efectúen un seguimiento adecuado de su desarrollo.</p> <p>CR3.4.2 Aplica el programa minuciosamente al participante, en su objetivo, finalidad y desarrollo, informándole además sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilización del material y los equipos.</li> <li>- Ejercicios que debe realizar y su finalidad.</li> <li>- Necesidades de hidratación.</li> <li>- Pausas de recuperación.</li> <li>- Uso de la ficha de control como instrumento para el desarrollo y seguimiento del programa, así como la manera de realizar las anotaciones correspondientes en la misma.</li> </ul> <p>CR3.4.3 Determina las necesidades y expectativas de los participantes en relación con las actividades, especialmente en aquellos con capacidades diferentes.</p> <p>CR3.4.4 Se comunica con el participante de manera afable y empática, y consigue captar su interés por las explicaciones que se le ofrecen, teniendo en cuenta sus posibilidades de percepción e interpretación.</p> <p>CR3.4.5 Detecta los inconvenientes y acciones que dificulten las relaciones interpersonales del grupo, y pone en acción las estrategias adecuadas para corregirlos.</p> <p>CR3.4.6 Ubica los equipos deportivos y materiales, de forma que faciliten el desarrollo de las sesiones a las personas con capacidades diferentes.</p> <p>CR3.4.7 Demuestra la realización correcta de los ejercicios y la utilización de los equipos aplicando fundamentos biomecánicos básicos, puntualizando los</p>

	<p>detalles más importantes, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son perfectamente comprendidas.</p> <p>CR3.4.8 Adecua su movilidad durante la actividad para facilitar la percepción e interpretación de sus instrucciones, en función de las necesidades específicas de los participantes.</p> <p>CR3.4.9 Motiva la recepción y despedida del participante de forma activa y motivadora hacia la actividad, propiciando que la relación sea espontánea y natural.</p>
EC3.5: Organizar y controlar las actividades, supervisando el proceso de ejecución del programa de entrenamiento.	<p>CR3.5.1 Verifica la seguridad en todo momento durante el desarrollo de las distintas actividades.</p> <p>CR3.5.2 Comprueba que la dinámica general de la sala de entrenamiento polivalente (SEP) cumple los siguientes requisitos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La ejecución de los ejercicios es la correcta.</li> <li>- Cada participante cumple con el programa establecido y realiza las anotaciones en la ficha de control.</li> <li>- La relación entre los participantes que entrenan simultáneamente es cordial, tranquila y facilita una participación máxima.</li> <li>- Aplican las directrices expresadas en la planificación general para una óptima gestión de la SEP en horas de máxima participación.</li> </ul> <p>CR3.5.3 Comprueba que la utilización de equipos y materiales es la correcta, y se imparten las indicaciones oportunas si es necesario.</p> <p>CR3.5.4 Realiza la comunicación captando el interés del participante por las explicaciones que se le facilitan; y suministra toda la información necesaria durante el proceso para que el(la) participante se encuentre seguro(a) y motivado(a).</p> <p>CR3.5.5 Verifica que la estructura técnica, el ritmo y la intensidad de cada actividad o ejercicio es la adecuada; y, en caso necesario, se dan las indicaciones correspondientes para su corrección.</p> <p>CR3.5.6 Obtiene la satisfacción del participante a través de la propia dinámica y la consecución del resultado de cada una de las sesiones de entrenamiento.</p>
EC3.6: Supervisar y controlar los resultados que va alcanzando el participante, para valorar su desenvolvimiento y desarrollo físico y técnico.	<p>CR3.6.1 Aplica los instrumentos y técnicas para el seguimiento y evaluación según lo estipulado en la programación.</p> <p>CR3.6.2 Adapta la forma de evaluar el proceso y el resultado de las sesiones en las que participan personas con capacidades diferentes, haciendo las modificaciones necesarias en los instrumentos y las técnicas habituales.</p> <p>CR3.6.3 Analiza la información generada de la aplicación de los instrumentos de evaluación (batería de pruebas, test, cuestionarios), obteniendo recomendaciones para la realización de modificaciones en los programas de entrenamiento del participante.</p> <p>CR3.6.4 Verifica la satisfacción del participante con el desarrollo de las sesiones mediante cuestionarios de evaluación y mediante el buzón de quejas, sugerencias y reclamaciones, teniendo en cuenta los resultados para la programación de futuras acciones.</p>
EC3.7: Aplicar el programa individual de acondicionamiento físico en función del desarrollo del	<p>CR3.7.1 Modifica los objetivos del programa de acondicionamiento físico según el análisis de lo realizado por el participante, teniendo en cuenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Intereses y posibles limitaciones del mismo.</li> <li>- Nivel de condición física en general, y las capacidades físicas más relacionadas con la salud en particular.</li> </ul>

participante, los resultados de la batería de pruebas, test y cuestionarios y de los medios materiales disponibles.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposición de medios materiales.</li> </ul> <p>CR3.7.2 Analiza los parámetros y resultados obtenidos en la batería de pruebas, test y cuestionarios; y los utiliza como premisa para determinar u orientar los objetivos propuestos por el participante.</p> <p>CR3.7.3 Modifica el programa de entrenamiento según el resultado de los parámetros obtenidos por el participante para que logre alcanzar los objetivos previstos, atendiendo a:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Metodología y variabilidad de las sesiones de entrenamiento.</li> <li>- Adaptaciones de las actividades a las necesidades de los participantes.</li> </ul>
---	---

#### Contexto profesional

##### Medios de producción:

Equipos informáticos con *software* específico de aplicación. Sala de entrenamiento polivalente interior o exterior, con bicicletas estáticas, remos, tapices rodantes, simuladores de subir escaleras, máquinas de esquí, máquinas de trepa, máquinas de musculación con placas, poleas, máquinas de musculación de peso libre, máquinas neumáticas de musculación, peso libre (barras, discos, halteras, mancuernas, lastres, entre otros), colchonetas, espalderas, equipos de música y medios audiovisuales, equipo de megafonía, videos, CD, DVD, MP3.

##### Productos y resultados:

Programa específico de la Sala de Entrenamiento Polivalente (SEP). Programas personalizados de acondicionamiento físico. Dirección y control de la sala de entrenamiento polivalente. Mejora o mantenimiento de la condición física del usuario. Instrucción de los ejercicios. Cumplimiento del programa o, en su caso, modificación del mismo. Motivación y animación de los usuarios. Mejora de la calidad de vida, bienestar y salud del usuario.

##### Información utilizada o generada:

*Softwares* de consulta. Documentación técnica de equipos y materiales. Protocolos de actuación en la anticipación de riesgos y mantenimiento de la instalación y sus elementos. Documentación técnica de equipos y materiales. Fichas del programa de acondicionamiento físico de cada usuario. Historial de cada usuario. Hojas de trabajo diario. Fichas resumen de incidencias. Fichas o cuestionarios de evaluación. Partes de notificación a los servicios de mantenimiento, limpieza, etc. Bibliografía específica de consulta.

#### **Unidad de Competencia 4: Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico en grupo y coreografías.**

Código: UC_588_3	Nivel: 3	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC4.1: Diseñar, a partir de la programación general, los programas específicos de la sala de acondicionamiento físico en grupo, para asegurar un óptimo rendimiento de la misma.	<p>CR4.1.1 Elabora la planificación específica de la sala con base en las directrices recibidas y/o reflejadas en la programación general y las orientaciones organizativas de la entidad.</p> <p>CR3.1.2 Detecta los obstáculos arquitectónicos y necesidades de adaptación de las instalaciones, en entradas y salidas, salas, vestuarios, duchas, etc.; y propone alternativas viables para optimizar las posibilidades de autonomía en las personas con capacidades diferentes, a fin de potenciar el rendimiento de todos los participantes.</p> <p>CR4.1.3 Organiza los horarios del personal y medios de forma integral y coordina el trabajo con los técnicos de otras áreas, para obtener el mayor provecho posible para todos los participantes.</p> <p>CR4.1.4 Desarrolla y adapta el protocolo de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad de acuerdo con las directrices</p>	

	<p>generales de la institución, indicando las formas de actuación de todo el personal implicado.</p> <p>CR4.1.5 Prescribe el mantenimiento del lugar, detallando quién, cómo y con qué frecuencia debe realizarse, para obtener las condiciones óptimas, tanto de los medios como de las superficies, para que propicien el seguro desplazamiento, contacto y manipulación de los participantes con los medios y áreas de las actividades de preparación física.</p> <p>CR4.1.6 Incluye la organización de competencias, concursos y eventos lúdico-deportivos en la oferta de actividades que se describen en la planificación específica, siempre y cuando beneficien directamente a los participantes habituales.</p> <p>CR4.1.7 Establece las reglas y normas para la optimización de las relaciones interpersonales; y las incluye en la programación específica, cuando no existan o no estén reflejadas en la programación general de la entidad.</p> <p>CR4.1.8 Toma en consideración las estrategias para asegurar la integración de los participantes con capacidades diferentes, y las describe en la programación específica, delimitando el tipo y grado de discapacidad que pueden asumirse en las distintas actividades que se ofrecen en la programación.</p> <p>CR4.1.9 La evaluación de los resultados del proceso y la calidad del servicio se concretan en los siguientes puntos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indicadores confiables referentes a las instalaciones, los medios, las prestaciones y los horarios de atención.</li> <li>- La secuencia temporal de evaluación.</li> <li>- Las técnicas e instrumentos.</li> <li>- Las adaptaciones necesarias en las instalaciones, instrumentos y técnicas habituales para las personas con capacidades diferentes.</li> </ul>
<p>EC4.2: Diseñar programas de entrenamiento para mejorar la condición física con actividades en grupo, adaptadas a las posibilidades e intereses de los participantes, con los medios disponibles y las necesidades encontradas en el análisis inicial.</p>	<p>CR4.2.1 Analiza los resultados obtenidos en la batería de pruebas, test y cuestionarios; y los utiliza inicialmente para determinar criterios de afinidad en el ámbito motriz, motivacional y relacional que contribuyan a la formación de grupos homogéneos, considerando también la asignación del instructor más apropiado para cada grupo.</p> <p>CR4.2.2 Determina los objetivos generales e intermedios de las progresiones de acondicionamiento físico programadas, así como la de cada una de las sesiones, de acuerdo con la tipología media de cada grupo atendido, considerando también las características y expectativas de cada participante, tales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El nivel de condición física en general y las capacidades físicas relacionadas con la salud en particular.</li> <li>- La habilidad motriz coordinativa, en particular la relacionada con las habilidades rítmicas.</li> <li>- La disponibilidad de medios materiales y adaptación de estos según el ejercicio que hay que realizar.</li> </ul> <p>CR4.2.3 Aplica los fundamentos biológicos relativos a los procesos adaptativos derivados de la actividad física en general, y al principio de supercompensación en particular, para establecer la carga de trabajo más apropiada que debe tener cada sesión de entrenamiento en su conjunto.</p> <p>CR4.2.4 Elige el material necesario tomando en consideración los recursos disponibles, los objetivos planteados, las propuestas metodológicas</p>

	<p>adoptadas y las características particulares de los participantes.</p> <p>CR4.2.5 Establece la duración de las secuencias en cada una de las sesiones, los volúmenes, las curvas de intensidad y de recuperación, buscando un efecto acumulativo óptimo que dé respuesta a los objetivos planteados a mediano y largo plazo.</p> <p>CR4.2.6 Establece las estrategias de instrucción con base en las características de las coreografías elaboradas, aplicando metodologías coherentes y suficientemente contrastadas, para alcanzar los objetivos propuestos y para solucionar las posibles contingencias, incidiendo especialmente en el aprendizaje y dominio de los elementos técnicos y coordinativos indispensables para la ejecución coreográfica en su conjunto y su aplicación para la mejora de la condición física.</p> <p>CR4.2.7 Determina las estrategias para facilitar la comunicación entre el técnico y los participantes, a partir del análisis de las necesidades de estos, considerando también a las personas con capacidades diferentes.</p> <p>CR4.2.8 Prevé el apoyo para facilitar la realización de las actividades físicas a las personas con capacidades diferentes, para lograr su máxima y eficaz participación en el proceso de instrucción.</p> <p>CR4.2.9 Integra las distintas secuencias y composiciones coreográficas seleccionadas y planificadas, con otros ejercicios o sistemas de ejercicios, con el calentamiento y tiempo de recuperación, configurando la progresión coreografiada que determina la carga de entrenamiento de cada una de las sesiones, en relación con los objetivos establecidos.</p> <p>CR4.2.10 Comprueba que los movimientos y ejercicios seleccionados en las distintas secuencias-composiciones coreográficas, calentamiento, estiramiento, tonificación y tiempo de recuperación, son compatibles con las características psicosomáticas del participante, adecuadas a las necesidades y expectativas del mismo y no suponen riesgo, por ser, en su caso, congruentes y adaptados a las posibles prescripciones médicas y/o posibles discapacidades.</p>
EC4.3: Realizar los pasos básicos y avanzados del aeróbic, ritmos latinos, entre otros, según los diferentes estilos, modalidades y variantes, con el dominio técnico que permita utilizarlos como elementos estructurales básicos en la elaboración de secuencias-composiciones coreográficas.	<p>CR4.3.1 Utiliza la indumentaria y calzado más adecuados para la práctica del aeróbic, ritmos latinos, entre otros.</p> <p>CR3.3.2 Realiza los diferentes pasos explorando y/o comprobando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Versatilidad y adecuación de los mismos a la estructura rítmica del aeróbic, ritmos latinos, entre otros.</li> <li>- Variaciones referidas a orientación, desplazamientos y cambios de ritmo que se pueden realizar con ellos.</li> <li>- Posibilidades de aplicación en alto y bajo impacto.</li> <li>- Posibilidad de combinación entre ellos para generar pasos más complejos y/o combinaciones originales.</li> </ul> <p>CR4.3.3 Mantiene la adecuada relación segmentario-postural y la distribución correcta del peso en todo momento, evitando la aparición de patologías por el efecto acumulativo que produce la repetición de gestos viciados.</p> <p>CR4.3.4 Adapta los pasos de distintas modalidades o tendencias rítmicas a la estructura, metodología y técnicas de ejecución características del aeróbic, ritmos latinos, entre otros, y de sus actividades afines.</p>
EC4.4: Interpretar secuencias-	<p>CR4.4.1 Realiza la interpretación de coreografías prediseñadas con corrección, asimilando la lógica del encadenamiento de los distintos pasos</p>

<p>composiciones coreográficas, ya sea por imitación o a partir de la lectura del soporte en que se encuentre representada, con el dominio y sentido del ritmo necesarios para transmitir fluidez y expresividad, para explorar y afianzar recursos de aplicación en la creación autónoma de secuencias-composiciones coreográficas.</p>	<p>que las componen, independientemente de que su registro se encuentre en forma de imágenes animadas —demostración directa, videos u otros— o de que se haya realizado con técnicas específicas de representación gráfica y escrita.</p> <p>CR4.4.2 Reproduce las coreografías prediseñadas, adecuando la ejecución a los tiempos, a las frases musicales que la componen y al estilo de la misma.</p> <p>CR4.4.3 Utiliza la memoria cenestésica para reproducir las sucesiones o encadenamientos rítmicos que conforman una coreografía tipo.</p> <p>CR4.4.4 Determina y utiliza las músicas apropiadas para una aplicación cerrada o abierta, para la segmentación o no, respectivamente, de las composiciones coreográficas en función de la intencionalidad de las mismas.</p>
<p>EC4.5: Elegir y utilizar distintos tipos y estilos de soporte musical, buscando su adecuación a las distintas secuencias-composiciones coreográficas, demostrando sensibilidad artística y un dominio interpretativo suficiente para su adecuada lectura y aplicación técnica.</p>	<p>CR4.5.1 Interpreta la música y establece:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ritmo.</li> <li>- Compás.</li> <li>- Estilo.</li> <li>- Cuenta de los elementos estructurales de su secuencia (tiempo, doble tiempo, contratiempo, beat, master beat).</li> </ul> <p>CR4.5.2 Selecciona y clasifica la música en función de las necesidades de la secuencia-composición coreográfica, matizando el estilo y ajustando la cadencia rítmica según la finalidad de la misma.</p> <p>CR4.5.3 Facilita la segmentación de los golpes musicales y la adecuación de las composiciones coreográficas a las distintas intenciones-objetivos de acondicionamiento físico y a la riqueza y/o variedad coreográfica.</p> <p>CR4.5.4 Utiliza músicas apropiadas para una aplicación cerrada o abierta, para la segmentación o no, respectivamente, de las composiciones coreográficas en función de la intencionalidad de las mismas.</p>
<p>EC4.6: Realizar coreografías a partir de la combinación de pasos básicos y avanzados característicos del aeróbic, ritmos latinos, entre otros, y actividades afines, según las tendencias más actuales para su inclusión en programas y sesiones de acondicionamiento físico en grupo con soporte musical.</p>	<p>CR4.6.1 Adiciona y combina los pasos, empleando todas sus variaciones, elaborando coreografías de diferente complejidad y demostrando creatividad al conseguir combinaciones únicas y originales a partir de pasos conocidos y/o pasos de creación propia.</p> <p>CR4.6.2 Aplica la estructura de progresión coreográfica propia del aeróbic, ritmos latinos, entre otros, a las composiciones coreográficas, distribuyendo la secuencia de movimientos en frases y series musicales.</p> <p>CR4.6.3 Expresa las orientaciones de aplicación real de las composiciones coreográficas elaboradas, especificando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Versatilidad de adaptación en función de la flexibilidad que presenten en su frecuencia o en su estructura rítmica y en la posibilidad de usar pasos de alto y bajo impactos para alcanzar una carga de entrenamiento determinada.</li> <li>- Estrategias didáctico-metodológicas que permitan optimizar el proceso de enseñanza aprendizaje de las mismas e individualizar los niveles de ejecución cualitativa y cuantitativamente.</li> <li>- Tipos de música que se pueden utilizar para su ejecución.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Recursos expresivos que permiten una adecuación a los distintos estilos y tendencias, como merengue, bachata, salsa, zumba, aeróbic, entre otros.</li> </ul> <p>CR4.6.4 Utiliza las técnicas específicas de representación gráfica y escrita, para plasmar y registrar las composiciones coreográficas en el modelo y soporte más adecuados.</p>
<b>Contexto Profesional</b>	
<p><u>Medios de producción:</u> Sala de aeróbic. Equipos de música con control de la velocidad de reproducción. Equipos audiovisuales. Equipos informáticos con software específico. Medios y equipos de oficina. CD de música, DVD, MP3. Espejos. Pulsómetro. Material auxiliar: <i>steps</i>, bicicletas "ciclo indoor", "fit-box", "fit-ball", bandas elásticas, barras acolchadas, mancuernitas, guantes de golpeo y otros.</p> <p><u>Productos y resultados:</u> Baterías de pasos y encadenamientos simples entre ellos. Sesiones de gimnasia aeróbica, pilates, yoga u otros. Composiciones coreográficas en distintos soportes. Indicaciones de utilización en programas de acondicionamiento físico.</p> <p><u>Información utilizada o generada:</u> Documentación técnica de equipos y materiales. Coreografías representadas en distintos soportes. Bibliografía especializada.</p>	

<b>Unidad de Competencia 5: Programar y dirigir el entrenamiento de deportes individuales o de conjunto.</b>		
Código: UC_598_3	Nivel: 2	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC5.1: Elaborar el plan de entrenamiento, aplicando su estructura periódica y cíclica, en función del deporte, para la obtención de la forma deportiva.	<p>CR5.1.1 Solicita al técnico o entidad responsable de los eventos deportivos el calendario para adecuar el plan de entrenamiento.</p> <p>CR5.1.2 Toma en cuenta la tipología y características del deporte y del deportista para la elaboración del plan de entrenamiento.</p> <p>CR5.1.3 Especifica los objetivos y metas a cumplir para cada uno de los períodos del plan de entrenamiento: preparación general, preparación especial, período competitivo y de tránsito.</p> <p>CR5.1.4 Toma en cuenta la estructura del plan de entrenamiento considerando el macrociclo, en unión de sus componentes mesociclo, microciclo y unidad de entrenamiento.</p> <p>CR5.1.5 Considera la estructura periódica o períodos de entrenamiento: período preparatorio (preparación general y especial), competitivo y transitorio.</p> <p>CR5.1.6 Considera, en el plan de entrenamiento para la preparación del deportista, los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación teórica.</li> <li>- Preparación general.</li> <li>- Preparación técnico-táctica.</li> <li>- Preparación psicológica.</li> </ul> <p>CR5.1.7 Determina los medios generales, auxiliares y específicos para cada una de las actividades programadas, de acuerdo con la etapa del plan de entrenamiento.</p> <p>CR5.1.8 Programa los ejercicios físicos introductorios, generales, competitivos y transitorios, en correspondencia con la etapa del plan de</p>	



	<p>entrenamiento.</p> <p>CR5.1.9 Especifica y ubica los test pedagógicos y pruebas médicas periódicamente, según el desarrollo de las diferentes etapas de entrenamiento.</p> <p>CR5.1.10 Elabora el plan de desarrollo auxiliar para que sea aplicado ante cualquier eventualidad que pueda darse (natural o propia del deportista).</p>
<p>EC5.2: Asegurar la disponibilidad de las instalaciones, medios y materiales que debe utilizar en el entrenamiento deportivo, atendiendo a las características de los deportistas y del deporte y a las normas de seguridad.</p>	<p>CR5.2.1 Revisa las instalaciones o áreas deportivas antes de su utilización, comprobando su operatividad, accesibilidad y adaptación a las características individuales y de los grupos participantes.</p> <p>CR5.2.2 Realiza la valoración de los riesgos laborales, identificándolos e informando de los resultados al departamento o responsable para que sean subsanados dentro de los márgenes tolerables de seguridad.</p> <p>CR5.2.3 Realiza la comunicación a las instancias correspondientes, para solicitar ayuda inmediata en caso de producirse alguna situación de emergencia o daño a la instalación.</p> <p>CR5.2.4 Clasifica los medios y materiales de apoyo para realizar las actividades de una sesión de entrenamiento deportivo, y:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los identifica y revisa, comprobando que están en las condiciones de uso previstas.</li> <li>- Los coloca y distribuye, comprobando su disponibilidad antes del comienzo de cada sesión.</li> <li>- Los repara, efectuando su mantenimiento operativo.</li> </ul> <p>EC5.2.5 Completa y entrega la hoja de control de mantenimiento para las comprobaciones rutinarias al departamento o persona responsable, para su gestión en la reparación correspondiente.</p>
<p>EC5.3: Desarrollar la unidad de entrenamiento deportivo, con los ejercicios específicos y acciones técnico-tácticas del deporte, teniendo en consideración los aspectos metodológicos del entrenamiento, para que el deportista llegue a la competición en una óptima forma deportiva.</p>	<p>CR5.3.1 Elabora el plan de la unidad de entrenamiento tomando en cuenta datos generales, objetivos, contenidos, métodos, procedimientos y sus tres partes —inicial, principal y final—, según el tipo de deporte y la etapa de preparación del deportista.</p> <p>CR5.3.2 Elabora la organización de la unidad de entrenamiento tomando en cuenta los medios y métodos establecidos, cumpliendo con las indicaciones metodológicas y formas de control.</p> <p>CR5.3.3 Ejecuta la organización de la unidad de entrenamiento según el tipo de sesión que debe desarrollar.</p> <p>CR5.3.4 Selecciona los ejercicios y medios adecuados, según el modelo de referencia, de acuerdo con la estructura del plan y el deporte que se practica.</p> <p>CR5.3.5 Toma en cuenta los métodos y medios de entrenamiento, para la realización del plan de entrenamiento.</p> <p>CR5.3.6 Realiza las diferentes formas de organización del entrenamiento, para dar cumplimiento a las actividades de acuerdo con a la unidad de entrenamiento.</p>
<p>EC5.4: Dirigir los ejercicios y actividades de perfeccionamiento durante el entrenamiento técnico-táctico en deportes individuales</p>	<p>CR5.4.1 Aplica los procedimientos metodológicos en el entrenamiento como formas organizativas para el cumplimiento de las actividades en forma efectiva (trabajo individual, trabajo en grupo, dúo, trío, cuarteto, secciones, estaciones, ondas, circuitos, recorridos, áreas libres).</p> <p>CR5.4.2 Explica el contenido de la sesión de entrenamiento para posibilitar el perfeccionamiento del deportista y motivación e involucramiento en el proceso.</p>

y de conjunto.	<p>CR5.4.3 Dirige el entrenamiento técnico-táctico aplicando los fundamentos biomecánicos de cada gesto, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son comprendidas por el deportista para conseguir la mejora de su actuación.</p> <p>CR5.4.4 Adapta la comunicación con el deportista a sus posibilidades de percepción e interpretación, para conseguir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Su participación activa y consciente en el entrenamiento.</li> <li>- Mejorar su motivación para el rendimiento.</li> <li>- Superar su predisposición para entrenar y competir.</li> <li>- Mejorar su capacidad de esfuerzo y sacrificio.</li> </ul>
EC5.5: Elaborar un plan de evaluación del entrenamiento deportivo, estableciendo los parámetros e indicadores, para valorar el rendimiento del deportista.	<p>CR5.5.1 Establece la metodología de evaluación en las diferentes pruebas a realizar —test pedagógicos, pruebas médicas, test psicológicos, pruebas de rendimiento motor—, para valorar la evolución del entrenamiento del deportista.</p> <p>CR5.5.2 Especifica los indicadores que hay que medir en el plan de evaluación.</p> <p>CR3.5.3 Organiza y prepara las sesiones informativas a los deportistas, sobre los resultados del entrenamiento deportivo, conforme a una ficha de control.</p> <p>CR5.5.4 Adapta la forma de evaluar el proceso de la unidad de entrenamiento, en la que participan los deportistas —observación pedagógica, aprovechamiento motor y curva fisiológica—, haciendo las modificaciones correspondientes en los instrumentos, técnicas habituales, tiempo y organización.</p>

#### Contexto profesional

##### Medios de Producción:

Áreas deportivas. Instalaciones deportivas, gimnasios multiusos, materiales y medios auxiliares y específicos para las diferentes ramas deportivas, clínicas médicas, equipo técnico de apoyo, equipo informativo.

##### Productos y resultados:

Elaboración y ejecución teórico-práctica de un plan de entrenamiento de corto, mediano y largo plazo en deportes individuales o de conjunto. Gestión de medios y recursos materiales. Valoración cuantitativa técnico-metodológica de la aplicación del plan de entrenamiento. Evaluación periódica y sistemática del desarrollo deportivo y los deportistas.

##### Información utilizada o generada:

Manuales generales y específicos de metodológica de entrenamiento deportivo. Revistas especializadas. Fichas médicas y de evaluación psicomotora. Test pedagógicos. Datos estadísticos sobre resultados deportivos. Reglamentos sobre normas y conducta deportiva. Bibliografía sobre medicina y psicología aplicada al deporte. Medios audiovisuales sobre aspectos de la teoría y metodología del entrenamiento deportivo.

<b>Unidad de Competencia 6: Realizar y dinamizar actividades secuenciadas de asimilación de técnicas específicas en el deporte de atletismo.</b>		
Código: UC_599_3	NIVEL: 3	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC6.1: Ejecutar técnicas específicas de carrera (velocidad,	CR6.1.1 Realiza la posición de salida y trayectoria de la carrera de velocidad por el carril asignado, respetando lo establecido en el reglamento internacional.	

<p>vallas, obstáculos y resistencia), conforme a modelos técnicos de referencia y atendiendo al reglamento vigente, para contribuir al desarrollo de los hábitos y habilidades motrices.</p>	<p>CR6.1.2 Realiza la salida baja siguiendo la fase —en sus marcas, listo, impulso y aceleración—, teniendo en cuenta los siguientes aspectos técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Posición en sus marcas, el corredor ha colocado los tacos y ha asumido la posición inicial.</li> <li>- Posición listos, el corredor se ha movido a una posición óptima de salida.</li> <li>- Fase de impulso, el corredor abandona los tacos y realiza el primer paso.</li> <li>- Fase de aceleración el corredor aumenta la velocidad y realiza la transición hacia la acción de carrera.</li> </ul> <p>CR6.1.3 Aplica las técnicas de la carrera de velocidad (apoyo, vuelo y apoyo) minimizando la desaceleración en el contacto con el suelo, maximizando el impulso hacia delante y preparándose para un desarrollo efectivo de la siguiente fase.</p> <p>CR6.1.4 Realiza la salida en la carrera de medio fondo y fondo según la posición media y alta, respectivamente.</p> <p>CR6.1.5 Realiza los movimientos técnicos durante la carrera de medio fondo y fondo optimizando la distribución del esfuerzo.</p> <p>CR6.1.6 Realiza los movimientos del desplazamiento de la carrera con vallas, teniendo en cuenta los elementos técnicos de despegue, pase y caída, atendiendo a los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Carrera de velocidad: la concentración se centra en aceleraciones repetidas de tres pasos.</li> <li>- Pasaje de la valla: se minimiza el tiempo en el aire, preparando el próximo paso de la carrera.</li> </ul> <p>CR6.1.7 Realiza la ejecución de la carrera con obstáculos, conforme a las técnicas de despegue, pasaje, salto y caída, minimizando el tiempo en el aire en el pasaje de los obstáculos y del foso de agua, y las variaciones a la acción de la carrera.</p> <p>CR6.1.8 Realiza la carrera de relevos de acuerdo con las siguientes características técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- De preparación: el corredor entrante mantiene máxima velocidad y el saliente asume la posición de salida.</li> <li>- De aceleración: los corredores sincronizan su velocidad manteniéndola al más alto nivel y maximizando la aceleración.</li> <li>- De pasaje: la estafeta se intercambia con una técnica adecuada y a la mayor velocidad.</li> </ul>
<p>EC6.2: Ejecutar técnicas específicas de marcha deportiva, atendiendo a los parámetros establecidos y respetando el reglamento vigente, para contribuir al desarrollo de las cualidades motoras.</p>	<p>CR6.2.1 Realiza el movimiento del desplazamiento de la marcha deportiva mediante el doble apoyo y apoyo simple.</p> <p>CR6.2.2 Realiza la marcha con un pie en el suelo, en todo momento del recorrido.</p> <p>CR6.2.3 Realiza la marcha con la pierna de apoyo recta desde el momento del primer contacto con el suelo hasta la posición vertical.</p> <p>CR6.2.4 Realiza la marcha, y los brazos son balanceados en forma alternativa, para tomar impulso y ayudar a avanzar hacia adelante.</p> <p>CR6.2.5 Realiza la marcha con la rotación de la cadera, una adecuada ubicación del pie y una óptima amplitud de paso.</p>
<p>EC6.3: Ejecutar</p>	<p>CR6.3.1 Realiza la carrera de impulso teniendo en cuenta el dominio del</p>

técnicas específicas de saltos de longitud, atendiendo al reglamento vigente, para afianzar las habilidades motrices.	<p>número de los pasos, para su correcta ejecución y evitar las faltas.</p> <p>CR6.3.2 Realiza la ejecución del salto triple conforme a los siguientes criterios técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplica las técnicas de aproximación con un desplazamiento de 10 o menos pasos, manteniendo una velocidad controlable.</li> <li>- Realiza las técnicas de rebote, movimiento rápido y en forma plana, cubriendo el 35% de la distancia total.</li> <li>- Aplica las técnicas de paso, cubriendo el 30% de la distancia total y su duración debe ser igual al rebote.</li> <li>- Realiza las técnicas de salto, despegando con la pierna opuesta y cubriendo alrededor del 35% de la distancia total.</li> </ul> <p>CR6.3.3 Realiza la ejecución del salto de longitud conforme a los siguientes criterios técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza la aproximación a la tabla de batida acelerando hasta una velocidad óptima controlable.</li> <li>- Realiza el despegue generando velocidad vertical y minimizando la pérdida de velocidad horizontal.</li> <li>- Realiza el vuelo preparándose para la caída según la técnica, ya sea natural, colgado o caminando, dependiendo de las características individuales del deportista.</li> <li>- Realiza la caída maximizando la distancia, haciendo la parábola del vuelo y minimizando la pérdida de distancia en el contacto con el suelo.</li> </ul>
EC6.4: Ejecutar técnicas específicas de saltos de altura, conforme a patrones motrices y atendiendo al reglamento vigente, para contribuir al desarrollo de las cualidades motoras.	<p>CR6.4.1 Realiza la ejecución del salto con garrocha aplicando las siguientes fases y aspectos técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La aproximación y clavado se realizan acelerando hacia arriba hasta una velocidad máxima controlable y acomodando suavemente la garrocha para el despegue.</li> <li>- La fase de despegue y penetración se ejecuta con energía de aproximación que se transfiere a la garrocha.</li> <li>- La fase de inversión y extensión/giro se utiliza para elevar al deportista, apoyado por acciones musculares adicionales de sus movimientos.</li> <li>- El pasaje de la varilla se realiza como finalización del salto y comienzo de la preparación para una caída segura en el colchón.</li> </ul> <p>CR6.4.2 Realiza la ejecución del salto de altura aplicando las siguientes fases y aspectos técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La aproximación se realiza acelerando y preparando el despegue.</li> <li>- En el despegue, se genera velocidad vertical y se inician las rotaciones para el pasaje de la varilla.</li> <li>- En el vuelo, el deportista se eleva sobre la varilla y le pasa por encima.</li> <li>- En la fase de caída, se completa el salto y se prepara la caída al colchón.</li> </ul>
EC6.5: Aplicar técnicas específicas de lanzamiento (disco, jabalina y martillo) e impulsión de la bala, conforme a patrones	<p>CR6.5.1 Realiza el lanzamiento del disco aplicando las siguientes técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicia el balanceo ubicándose en la posición para el giro.</li> <li>- Realiza el giro acelerando el disco y rotando la parte inferior del cuerpo por delante de la parte superior, produciendo pretensión.</li> <li>- Ejecuta la descarga produciendo velocidad adicional y transfiriéndola al disco antes de ser lanzado.</li> </ul>

<p>motrices y atendiendo al reglamento vigente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Realiza la recuperación frenando para evitar salir del círculo y cometer falta.</li> </ul> <p>CR6.5.2 Realiza el lanzamiento de jabalina aplicando las siguientes técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El deportista con la jabalina acelera en la aproximación.</li> <li>- Acelera el ritmo en la técnica de 5 pasos, a medida que el lanzador se prepara para la fase de descarga.</li> <li>- Produce velocidad adicional en la descarga, y se transfiere a la jabalina antes de ser descargada.</li> <li>- Realiza la recuperación frenando para evitar pisar, pasar la raya y cometer falta.</li> </ul> <p>CR6.5.3 Realiza la impulsión de la bala aplicando las siguientes técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El deportista se ubica y adopta la posición en la fase de preparación para el inicio del desplazamiento.</li> <li>- El deportista y la bala aceleran en el desplazamiento, al tiempo que se prepara la fase de descarga.</li> <li>- Produce velocidad adicional en la técnica de descarga que se transfiere a la bala antes de ser descargada.</li> <li>- Realiza la recuperación frenando la velocidad para evitar salir del círculo y cometer una falta.</li> </ul> <p>CR6.5.4 Realiza el lanzamiento del martillo siguiendo las siguientes técnicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicia el voleo con el movimiento del martillo y la preparación para la entrada a los giros.</li> <li>- El deportista acelera en la técnica de los giros y el martillo, a través de 3 o 4 giros.</li> <li>- Produce en la descarga velocidad adicional que se transfiere al martillo antes de liberarlo.</li> <li>- Realiza la recuperación frenando la velocidad para evitar salir del círculo y cometer una falta.</li> <li>- Balanceo, primer giro, segundo giro, tercero y descarga.</li> <li>- Partes técnicas del lanzamiento del martillo:</li> <li>- Agarre del martillo.</li> <li>- Posición inicial.</li> <li>- Boleo preliminares.</li> <li>- Giros.</li> <li>- Ángulo de salida del descargue del implemento.</li> <li>- Frenaje.</li> </ul>
<p>EC6.6: Dinamizar los ejercicios y actividades de perfeccionamiento en el deporte de atletismo.</p>	<p>CR6.6.1 Aplica los procedimientos metodológicos en la dirección de las actividades de perfeccionamiento en el deporte de atletismo, como formas organizativas para el cumplimiento de las actividades en forma efectiva: trabajo individual, trabajo en grupo, dúo, trío, cuarteto, secciones, estaciones, ondas, circuitos, recorridos, áreas libres.</p> <p>CR6.6.2 Explica el contenido de la sesión y las actividades en el deporte de atletismo para posibilitar el perfeccionamiento del deportista y motivación e involucramiento en el proceso.</p> <p>CR6.6.3 Dirige los ejercicios y actividades de perfeccionamiento de atletismo, aplicando los fundamentos biomecánicos de cada gesto, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son comprendidas por el deportista para conseguir la mejora de su actuación.</p> <p>CR6.6.4 Adapta la comunicación con el deportista a sus posibilidades de</p>

	percepción e interpretación, para conseguir: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Su participación activa y consciente en el proceso de asimilación y perfeccionamiento.</li> <li>- Dinamizar las actividades y ejercicios.</li> <li>- Mejorar su motivación para el rendimiento.</li> <li>- Mejorar su capacidad de esfuerzo y sacrificio.</li> <li>- Mejorar su predisposición para entrenar y competir.</li> </ul>
<b>Contexto profesional</b>	
<u>Medios de producción:</u> Instalación para la práctica del atletismo. Material específico: zapatos deportivos, tacos o blocks de salida, pinchos, fosa de arena, colchones para saltos, discos, jabalina, bala, martillos, saltómetro, estafeta, vallas, varillas para salto de altura, garrocha, conos de diferentes tamaños. Material alternativo: silbato, cronómetro y otros. Medidas de seguridad.	
<u>Productos y resultados:</u> Dominio de las diferentes técnicas básicas del atletismo, tales como velocidad, marcha deportiva, salto de longitud, salto de altura, salto triple, salto con garrocha (pértiga) y lanzamientos (disco, jabalina y martillo e impulsión de bala). Desarrollo de capacidades y habilidades motoras: velocidad, resistencia, flexibilidad, fuerza. Dinamización y aprendizaje de técnicas específicas del nivel de perfeccionamiento y tecnificación en el deporte de atletismo.	
<u>Información utilizada o generada:</u> Programas y manuales de entrenamiento del atletismo. Guía de entrenamiento del atletismo. Revistas, videos y libros especializados. Reglamento de las diferentes disciplinas de atletismo (carreras, saltos y lanzamientos).	

<b>Unidad de Competencia 7: Realizar y dinamizar actividades en el proceso de asimilación de acciones técnico-tácticas de deportes con pelota.</b>		
Código: UC_600_3	Nivel: 2	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC7.1: Ejecutar las técnicas defensivas específicas, de forma individual y con oposición (pasiva y activa), según los patrones básicos de referencia, para conseguir los objetivos de la actividad competitiva.	CR7.1.1 Ejecuta los diferentes componentes defensivos respetando los modelos técnicos de referencia. CR7.1.2 Ejecuta los cambios defensivos con la pelota estacionaria y en movimiento, aplicando una correcta mecánica corporal. CR7.1.3 Realiza los desplazamientos defensivos de forma coordinada, para lograr la eficiencia y continuidad del juego. CR7.1.4 Combina las acciones técnicas defensivas con el anticipo para dar continuidad al juego y frustrar el avance del contrario. CR7.1.5 Realiza las acciones defensivas técnico-tácticas conforme a los modelos de referencia, para tomar iniciativa y conseguir el objetivo previsto. CR7.1.6 Ejecuta las acciones defensivas según el modelo técnico-táctico de referencia, para mantener el control y dominio de la pelota dependiendo del deporte.	
EC7.2: Ejecutar las técnicas ofensivas específicas en situaciones de ataque y contraataque con eficiencia y seguridad,	CR7.2.1 Ejecuta las técnicas ofensivas específicas conforme al modelo técnico de referencia, teniendo en cuenta los parámetros de altura, velocidad, dirección y profundidad. CR7.2.2 Ejecuta las acciones ofensivas con los elementos técnicos específicos del deporte, según la posición del contrario. CR7.2.3 Realiza los sistemas ofensivos con criterios de variabilidad de	

para obtener ventaja sobre el contrario.	ejecución, para generar diferentes situaciones tácticas. CR7.2.4 Realiza las acciones ofensivas individuales, para conseguir que el deportista resuelva diferentes situaciones tácticas de juego.
EC7.3: Ejecutar las técnicas específicas de control y dominio de la pelota, mediante una razonable administración de los sistemas de juego, con eficiencia y seguridad, para facilitar la progresión y el resultado previsto.	CR7.3.1 Realiza el manejo de las acciones técnicas manteniendo el control de la pelota, teniendo en cuenta los parámetros de altura, velocidad, dirección y profundidad, de acuerdo con el dominio de la mecánica requerida. CR7.3.2 Ejecuta las acciones técnicas de control y dominio de la pelota, adecuando los parámetros de la trayectoria de la misma y las dimensiones del espacio, para conseguir la adaptación progresiva del deportista a las situaciones reales de juego. CR7.3.3 Realiza en el desarrollo de los sistemas de juego, el intercambio de acciones técnicas de control y dominio de la pelota con o sin oposición, manteniendo la trayectoria de la pelota y la posición del deportista.
EC7.4: Ejecutar acciones específicas individuales y colectivas, en situaciones ofensivas y defensivas, conforme al modelo técnico- táctico de referencia, para mantener el control del juego.	CR7.4.1 Ejecuta las acciones técnico-tácticas de evasión y cambio de ritmo de acuerdo con el sistema de juego planificado. CR7.4.2 Realiza las acciones ofensivas en relación al ritmo de juego y ángulo espacial, previniendo una posible acción de contraataque. CR7.4.3 Ejecuta las acciones tácticas con dominio del ritmo y dirección del juego, negando espacio y tiempo al contrario. CR7.4.4 Realiza en los sistemas de juego del deporte en referencia, las acciones específicas en situaciones ofensivas o defensivas, teniendo en cuenta los parámetros de altura, velocidad, dirección y profundidad, para obtener ventaja táctica en el juego. CR7.4.5 Ejecuta la posición de cada jugador en las acciones defensivas para contrarrestar la ofensiva del contrario. CR7.4.6 Ejecuta las acciones de anticipo y recuperación, para favorecer la continuidad del juego táctico individual.
EC7.5: Reproducir acciones técnico-tácticas colectivas, a partir de la acción individual, para obtener ventaja en el juego.	CR7.5.1 Ejecuta las acciones colectivas técnico-tácticas conforme al modelo de referencia, para mantener el sistema de juego defensivo. CR7.5.2 Adopta la posición de cada jugador conforme al modelo técnico-táctico de referencia, garantizando la aplicación de un sistema de juego ofensivo eficaz. CR7.5.3 Realiza la ejecución de las acciones tácticas del juego, teniendo en cuenta los parámetros de ubicación espacial, número de jugadores, zona del campo y espacios libres generados, para obtener los resultados esperados. CR7.5.4 Realiza la ejecución de las acciones técnico-tácticas en la competición, demostrando control y dominio de las situaciones planteadas en las diferentes etapas del juego.
EC7.6: Ejecutar la acción de finalización ofensiva, conforme al modelo técnico de referencia, para asegurar el resultado deseado, dependiendo del tipo de deporte.	CR7.6.1 Realiza la acción de finalización ofensiva, teniendo en cuenta una correcta técnica de ejecución corporal. CR7.6.2 Efectúa la acción técnica de finalización ofensiva atendiendo a parámetros de altura, velocidad y trayectoria. CR7.6.3 Realiza la aplicación de las diferentes técnicas de finalización ofensiva, teniendo en cuenta la posición del contrario y la situación del juego.
EC7.7: Dinamizar	CR7.7.1 Aplica los procedimientos metodológicos en el proceso de



actividades en el proceso de asimilación de acciones técnico-tácticas en deportes con pelota.	<p>asimilación de acciones técnico-tácticas de deportes con pelota, como formas organizativas para el cumplimiento de las actividades en forma efectiva: trabajo individual, trabajo en grupo, dúo, trío, cuarteto, secciones, estaciones, ondas, circuitos, recorridos, áreas libres).</p> <p>CR7.7.2 Explica el contenido de la sesión y actividades para posibilitar el perfeccionamiento del deportista y motivación e involucramiento en el proceso de asimilación técnico-táctica en deportes con pelota.</p> <p>CR7.7.3 Dirige las actividades del proceso de asimilación de acciones técnico-tácticas en deportes con pelota, aplicando los fundamentos biomecánicos de cada gesto, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son comprendidas por el deportista para conseguir la mejora de su actuación.</p> <p>CR7.7.4. Adapta la comunicación con el deportista a sus posibilidades de percepción e interpretación, para conseguir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Su participación activa y consciente en el entrenamiento.</li> <li>- Mejorar su motivación para el rendimiento.</li> <li>- Mejorar su capacidad de esfuerzo y sacrificio.</li> <li>- Mejorar su predisposición para entrenar y competir.</li> </ul>
---	---

#### Contexto profesional

##### Medios de producción:

Infraestructura deportiva e implementos deportivos, estadios, polideportivos multiusos, pelotas, fútbol, beisbol, baloncesto, voleibol, softbol, balonmano, tenis, tenis de mesa, raquetas, vallas, marcos, redes, aros, señalizadores, banderolas, careta, petos, guantes, balones medicinales de entrenamiento, silbato, cronómetros, chimpinilleras, rodilleras, bates de madera y/o aluminio, bombas de aire etc., calzado y vestimenta deportiva.

##### Productos y resultados:

Desarrollo de las técnicas de deportes con pelota tales como fútbol, beisbol, baloncesto, voleibol, softbol, balonmano, tenis, tenis de mesa. Dominio de las técnicas específicas en situaciones cerradas y/o abiertas con y sin oposición. Ejecución de técnicas específicas de control y dominio de la pelota. Reproducción de acciones técnico-tácticas específicas de competición, individuales y colectivas. Desarrollo y acompañamiento en la correcta y adecuada ejecución de los movimientos técnicos específicos según modelos técnico-tácticos de referencia establecidos. Dinamización y aprendizaje de acciones técnico-tácticas en deportes con pelota.

##### Información utilizada o generada:

Bibliografía deportiva especializada. Material de instrucción técnica. Manuales de entrenamiento técnico-táctico de los deportes con pelota. Reglamentos. Instrumentos aplicados de evaluación y mediciones. Fichas técnicas. Videos audiovisuales de modelos técnicos de ejecución y sistemas de juego. Programas de técnicas específicas de deportes con pelota. Tecnología de la información y comunicación aplicada al deporte.

#### **Unidad de Competencia 8: Realizar y dinamizar actividades en el proceso de asimilación de acciones técnico-tácticas combinadas en deportes de combate.**

Código: UC_601_3	Nivel: 2	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC8.1: Ejecutar las acciones técnico-tácticas en deportes de combate, conforme a	<p>CR8.1.1 Realiza las acciones preparatorias (engaños, maniobras) conforme a modelos técnicos de referencia, para la búsqueda de posiciones cómodas o ventajas para el ataque o contraataque.</p> <p>CR8.1.2 Realiza los elementos técnicos-tácticos (esquiva, afrontamiento,</p>	



los modelos de referencia, para facilitar el ataque y contraataque.	<p>combinaciones de técnicas) conforme a modelos técnicos de referencia, para evitar o frenar la acción ofensiva del adversario e iniciar el contraataque.</p> <p>CR8.1.3 Realiza los tiempos de contraataque (momentos, anticipación simultánea en bajada o caída) con determinación y eficacia, siguiendo patrones técnicos, establecidos para el logro de puntos en un combate.</p> <p>CR8.1.4 Realiza la ejecución de preparación de los derribes y proyección, con la finalidad de obtener mayor amplitud.</p>
EC8.2: Ejecutar las acciones técnicas del judo suelo para inmovilizar, estrangular o luxar a un adversario, conforme al modelo técnico de referencia, sin rebasar al margen de seguridad que garantiza la integridad física del oponente.	<p>CR8.2.1 Realiza el entrenamiento del judo pie con el judo suelo, conforme a la secuencia táctica natural, la transición entre las acciones técnicas del judo en pie y la necesidad de continuar la confrontación después de la proyección completa o incompleta de inmovilizar o provocar el abandono del oponente, a través de la técnica de luxación o estrangulación.</p> <p>CR8.2.2 Realiza las diferentes técnicas de inmovilización conforme a modelos técnicos de referencia, para mantener inmovilizado al adversario durante un tiempo determinado, hasta considerar que se encuentra completamente neutralizado.</p> <p>CR8.2.3 Realiza las técnicas de salida de los diferentes tipos de inmovilizaciones, conforme a modelos técnicos de referencia, para escapar del adversario durante un tiempo determinado.</p> <p>CR8.2.4 Realiza las diferentes técnicas de estrangulación conforme a modelos técnicos de referencia, ejerciendo una presión sobre las carótidas o la tráquea para provocar el abandono del adversario, sin rebasar el margen de seguridad que garantiza la integridad física del mismo.</p> <p>CR8.2.5 Realiza las diferentes técnicas de luxación conforme a modelos técnicos de referencia, para ejercer una hiperextensión o torsión en el codo provocando el abandono del adversario, sin rebasar el margen de seguridad que garantiza la integridad física del mismo.</p>
EC8.3: Ejecutar acciones técnico-tácticas combinadas en los deportes de combate para un mayor desarrollo técnico.	<p>CR8.3.1 Aplica la secuencia técnica de preparación de derribe y proyección con un margen de amplitud por el ejecutante garantizando la integridad física del practicante.</p> <p>CR8.3.2 Ejecuta las acciones de golpes de puño y patada con combinaciones de más de dos o tres movimientos para un mejor desarrollo y perfeccionamiento técnico.</p> <p>CR8.3.3 Realiza el combate aplicando combinaciones técnicas propias de cada uno de los deportes de combate.</p> <p>CR8.3.4 Realiza las técnicas de suelo de lucha conforme a modelos de referencia establecidos, siguiendo la secuencia técnica de derribe y proyección de la posición de pie.</p>
EC8.4: Aplicar los principios de entrenamiento deportivo para un mejor desarrollo físico y técnico en los deportes de combate.	<p>CR8.4.1 Realiza la preparación de los practicantes de deportes de combate siguiendo el principio de sistematización, para la continuidad técnica y preparación física de los mismos.</p> <p>CR8.4.2 Emplea el principio de alternancia para que exista tiempo suficiente de recuperación del organismo entre sesiones de entrenamiento.</p> <p>CR8.4.3 Utiliza el principio de la intensidad de adaptación o sobre compensación para que el practicante soporte cargas cada vez mayores o nuevos estímulos.</p> <p>CR8.4.4 Emplea el principio de individualización para mejorar técnica y físicamente al practicante aprovechando sus características genéticas o de</p>

	<p>biotipo.</p> <p>CR8.4.5 Aplica el principio de la unidad o totalidad para que el practicante desarrolle el aspecto físico-motor.</p>
EC8.5: Dinamizar actividades en el proceso de asimilación de acciones técnico-tácticas combinadas en deportes de combate.	<p>CR8.5.1 Aplica los procedimientos metodológicos en el proceso como formas organizativas para el cumplimiento de las actividades en forma efectiva (trabajo individual, trabajo en grupo, dúo, trio, cuarteto, secciones, estaciones, ondas, circuitos, recorridos, áreas, libre).</p> <p>CR8.5.2 Explica el contenido de la sesión y actividades para posibilitar la asimilación técnico-táctica en los deportes de combate, perfeccionamiento del deportista y motivación e involucración en el proceso.</p> <p>CR8.5.3 Dirige las actividades aplicando los fundamentos biomecánicos de cada gesto, anticipando los posibles errores de ejecución y asegurándose de que las indicaciones son comprendidas por el deportista para conseguir la mejora de su actuación técnico-táctica en los deportes de combate.</p> <p>CR8.5.4 Adapta la comunicación con el deportista a sus posibilidades de percepción e interpretación, para conseguir:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Su participación activa y consciente en el entrenamiento.</li> <li>- Mejorar su motivación para el rendimiento.</li> <li>- Mejorar su capacidad de esfuerzo y sacrificio.</li> <li>- Mejorar su predisposición para entrenar y competir.</li> </ul>
<b>Contexto profesional</b>	
<p><u>Medios de producción:</u></p> <p>Instalación para la práctica de deportes de combate. Materiales específicos: tatami, colchonetas, ring de boxeo, ligas, sacos de golpeo, protectores de cabeza, bucales y genitales, rodilleras, tobilleras, guanteletas, guantes, vendas, orejeras, muñecos para prácticas, vestimenta deportiva, cronómetro, pesas, petos, chimpinilleras, entre otros medios auxiliares deportivos.</p> <p><u>Productos y resultados:</u></p> <p>Desarrollo de las técnicas de deportes de combate: Judo, Lucha, Boxeo, Taekwondo, Karate. Técnicas de pie, técnicas de suelo, inmovilizaciones, derribes, proyecciones, golpeo, pateo y defensa personal con base en un programa de referencia. Dinamización y aprendizaje de acciones técnico-tácticas en deportes de combate.</p> <p><u>Información utilizada o generada:</u></p> <p>Programas y manuales de entrenamiento de deportes de combate: Judo, Lucha, Boxeo, Taekwondo, Karate-do. Videos de enseñanza técnica de ataque, defensa y contraataque. Revistas especializadas, libros y reglamentos deportivos.</p>	

<b>Unidad de Competencia 9: Realizar y dinamizar actividades secuenciadas de asimilación de habilidades y destrezas específicas relacionadas con la natación.</b>		
Código: UC_591_3	Nivel: 3	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC9.1: Manejar las habilidades y destrezas básicas en el medio acuático para dominar las acciones acuáticas.	<p>CR9.1.1 Utiliza las diferentes técnicas de zambullida de forma eficaz, alcanzando un avance significativo y manteniendo la orientación en el medio acuático.</p> <p>CR6.1.2 Realiza la inmersión cuando lo requiere, con la profundidad necesaria para acceder al suelo de cualquier instalación acuática.</p> <p>EC4.1.3 Utiliza las técnicas de flotación en el medio acuático, alternándolas de forma fluida, permitiendo la observación y orientación en el entorno.</p> <p>CR6.1.4 Realiza los giros en los tres ejes dentro del medio acuático,</p>	

	manteniendo la flotación y la orientación y permitiendo la observación del entorno.
EC9.2 Ejecutar las técnicas específicas de los diferentes estilos de nado para realizar intervenciones con seguridad y eficacia, adaptándose a las condiciones del medio.	<p>CR9.2.1 Adecua el material e indumentaria utilizados para las condiciones del medio acuático, temperatura, piscina, condiciones de las aguas.</p> <p>CR6.2.2 Realiza las diferentes formas de desplazamiento en el medio acuático —estilo crol, espalda, braza y sus técnicas específicas—, ajustándose a los modelos y consiguiendo fluidez y eficacia.</p> <p>CR6.2.3 Adapta las diferentes formas de desplazamiento en el medio acuático —estilo crol, espalda, braza y sus técnicas específicas—, al uso de material auxiliar (aletas, palas, entre otros).</p> <p>CR6.2.4 Adapta la técnica de respiración a la forma de desplazamiento empleado, al material auxiliar —aletas, palas, etc.—, al esfuerzo requerido y a las condiciones del medio acuático.</p>
EC9.3 Ejecutar desplazamientos en el medio acuático con niveles de velocidad y resistencia adecuados que aseguren la eficiencia de la actuación en el agua.	<p>CR9.3.1 Mantiene la velocidad de nado constante durante el desplazamiento a media y larga distancia en el medio acuático, realizando nado en estilo libre, en un tiempo máximo de cuatro minutos y quince segundos.</p> <p>CR6.3.2 Mantiene la eficacia y la velocidad del nado durante el desplazamiento en larga distancia, a pesar de impedimentos tales como vestimenta, material auxiliar, condiciones de nado.</p> <p>CR6.3.3 Logra y mantiene la eficacia en el desplazamiento y la orientación en el medio acuático, en situaciones de apnea prolongada, ya sea en la superficie o de forma sumergida.</p>
EC9.4 Dirigir el aprendizaje y el acondicionamiento físico básico en actividades de natación.	<p>CR9.4.1 Asegura la disponibilidad e idoneidad de la instalación y de los medios materiales para realizar las actividades, en consonancia con el programa y en condiciones de máxima seguridad, comprobando los valores de los parámetros de uso.</p> <p>CR9.4.2 Atiende al usuario para garantizar su satisfacción, utilizando las técnicas de comunicación y atención más apropiadas en cada momento, según los procedimientos establecidos por la entidad.</p> <p>CR9.4.3 Adapta el programa de actividades de natación para diferentes tipos de participantes —gestantes, bebés, edad escolar, adultos, mayores de 65 años, colectivos especiales, personas con discapacidad— y fines —inicio de actividades de natación: natación, waterpolo, entre otros— a la realidad de cada una de las sesiones, optimizando el mismo, atendiendo a las características del grupo y a la evolución de sus componentes.</p> <p>CR9.4.4 Consigue el aprendizaje de los estilos de natación y de las habilidades acuáticas para diferentes tipos de participantes y una mejora de la condición física, explicando al usuario las actividades expresadas en la programación, tanto en su finalidad como en su desarrollo, sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La utilización del material y los equipos.</li> <li>- Las tareas que debe realizar y su finalidad.</li> <li>- Las necesidades de hidratación.</li> <li>- Las pausas de recuperación.</li> <li>- Las condiciones para la seguridad.</li> <li>- En su caso, el uso de los soportes informativos que se encuentren ubicados al borde del vaso de la instalación acuática.</li> </ul> <p>CR9.4.5 Demuestra la realización de los ejercicios y la utilización de los materiales, aplicando fundamentos biomecánicos básicos, puntualizando los detalles más importantes, anticipando los posibles errores de ejecución y</p>

	<p>asegurándose de que las indicaciones son comprendidas.</p> <p>CR9.4.6 Comprueba que es adecuada la estructura técnica, el ritmo y la intensidad de cada ejercicio, así como la utilización de equipos y materiales, detectando los posibles errores cometidos, analizando la causa de estos y dando, en caso necesario, las indicaciones para su corrección o elaborando tareas específicas para ello.</p> <p>CR9.4.7 Establece la ubicación que le permite controlar visualmente a todo el grupo y dar las instrucciones con claridad a todos los participantes durante toda la actividad, consiguiendo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La comprensión de las indicaciones por parte de cada usuario, en cada momento.</li> <li>- La seguridad de la actividad, anticipándose a posibles contingencias.</li> <li>- Eficiencia óptima en sus intervenciones.</li> </ul>
EC6.4 Controlar y evaluar el aprendizaje de la natación.	<p>CR9.4.1 Controla la dinámica relacional en el desarrollo de la actividad, detectando los posibles inconvenientes y/o inhibiciones que perturben las relaciones interpersonales del grupo, poniendo en acción las estrategias para corregirlos, y promoviendo entre sus componentes la cordialidad, desinhibición y participación.</p> <p>CR9.4.2 Realiza la comunicación con respeto y empatía, según las posibilidades de percepción e interpretación del usuario y usuaria, captando su interés hacia las actividades a través de las explicaciones que se les facilitan, dando la información necesaria durante el proceso para que estos se encuentren seguros y motivados.</p> <p>CR9.4.3 Observa el desarrollo de las actividades velando por preservar la integridad física y la seguridad de los participantes, de cualquier riesgo potencial, poniendo atención a los síntomas de fatiga que puedan presentarse entre los componentes del grupo.</p> <p>CR9.4.4 Optimiza el uso y control de los recursos en el transcurso de la sesión, consiguiendo la distribución temporal de la misma y un uso de los medios materiales acordes con los objetivos de la programación.</p> <p>CR9.4.5 Analiza y corrige las conductas inadecuadas en la actividad, y aplica las técnicas adecuadas según la gravedad o peligrosidad de la conducta, siguiendo las directrices de la organización.</p> <p>CR9.4.6 Aplica técnicas de organización acordes a cada situación, siguiendo los procedimientos que se hayan establecido, coordinando a los técnicos de apoyo y concienciando a los participantes sobre el valor del respeto a las personas y a las instalaciones.</p> <p>CR9.4.7 Evalúa el proceso interactivo de enseñanza y acondicionamiento físico, así como los resultados obtenidos para su comparación con los objetivos previstos en la programación.</p>
Contexto Profesional	
<p><u>Medios de producción:</u>  Instalación acuática. Materiales específicos: bañador, gorro, trajes de neopreno, gafas. Materiales de propulsión: aletas, palas, etc. Materiales específicos del aprendizaje y entrenamiento de la natación: tablas, pulsómetro, cronómetro.</p> <p><u>Productos y resultados:</u>  Dominio del medio acuático con los diferentes estilos de nado completo. Dominio técnico de formas específicas de desplazamiento: patada de braza, patada de mariposa y brazos de espalda. Nado en apnea. Resistencia en el nado. Resistencia en la intervención. Velocidad en el desplazamiento en el</p>	

medio acuático. Economía en el desplazamiento en el medio acuático. Grado de aprendizaje de la natación de diferentes tipos de participantes

Información utilizada o generada:

Manuales de entrenamiento. Manuales de tecnificación en natación. Visionado de modelos técnicos. Revistas y libros especializados. Programación. Fichas de las sesiones. Informes. Evaluación del proceso y del resultado.

**Unidad de Competencia 10: Dirigir integralmente a los deportistas antes, durante y después de la competición deportiva.**

Código: UC_602_3	Nivel: 2	Familia Profesional: Actividades Físicas y Deportivas
Elemento de Competencia (EC)	Criterios de Realización (CR)	
EC10.1: Seleccionar y organizar a los deportistas, atendiendo a sus necesidades, características, motivaciones y nivel de rendimiento en el entrenamiento, realizando los trámites obligatorios para que su participación en la competición cumpla con la normativa.	<p>CR10.1.1 Valora el nivel técnico-táctico, características físicas y psicológicas, según el rendimiento del deportista en el proceso de entrenamiento.</p> <p>CR10.1.2 Comunica los objetivos de la competición deportiva y los criterios de selección a los deportistas, argumentando asertivamente los motivos de las decisiones tomadas, para asegurar la comprensión por parte de los mismos.</p> <p>CR10.1.3 Tramita los documentos, licencias, carnets, certificado de nacimiento, permiso de padres y tutores e inscripciones colectivas e individuales en tiempo y forma, para asegurar la participación de acuerdo con la reglamentación del evento y especialidad.</p> <p>CR10.1.4 Proporciona la información sobre la competición a los deportistas participantes y a sus padres y tutores, para su conocimiento y debida autorización.</p>	
EC10.2: Asistir a los deportistas en la competición para garantizar su participación en condiciones de seguridad y calidad.	<p>CR10.2.1 Realiza las acciones de dirección en la competición adaptándolas a las características de los deportistas, atendiendo a criterios de accesibilidad y seguridad, que propicien un ambiente ético, solidario, motivacional y cordial entre los competidores y demás participantes.</p> <p>CR10.2.2 Cita y recibe los deportistas, comprobando su asistencia e informándoles de las condiciones de la competición.</p> <p>CR10.2.3 Realiza la orientación al deportista durante la competición procurando dar una información clara y precisa de los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Horarios del evento.</li> <li>- Instalaciones deportivas.</li> <li>- Controles de seguridad.</li> <li>- Logística del lugar donde se desarrolla la competición.</li> <li>- Reglamentación específica.</li> <li>- Orden de participación.</li> <li>- Instrucciones de contenido técnico y táctico.</li> <li>- Normas de convivencia durante la práctica y desarrollo deportivo.</li> </ul> <p>CR10.2.4 Evalúa los elementos técnico-tácticos y normas de convivencia y seguridad sistemáticamente, para garantizar los resultados.</p>	
EC10.3: Dirigir técnico-táctica, física y psicológicamente a los deportistas en la competición, para garantizar los resultados	<p>CR10.3.1 Comunica las instrucciones de contenido táctico y normas de competición a los participantes, para mejorar el rendimiento deportivo.</p> <p>CR10.3.2 Evalúa los elementos técnicos tácticos de los participantes en el desarrollo de la competición, aplicando métodos y procedimientos conocidos previamente, para la mejora de los resultados.</p> <p>CR10.3.3 Fortalece la motivación de los participantes en la competición,</p>	

deseados.	<p>mediante diferentes dinámicas individuales y de grupo y acciones que permitan mejores resultados.</p> <p>CR10.3.4 Asigna los roles de los participantes en función de su nivel técnico-táctico, capacidades, habilidades y destrezas para obtener los resultados propuestos.</p> <p>CR10.3.5 Observa las fortalezas y debilidades de los otros competidores en función de garantizar mejores resultados.</p> <p>CR10.3.6 Da a conocer las orientaciones técnicas previamente a los deportistas, particularmente y en grupo, atendiendo las especificidades —fortalezas y debilidades— de cada uno de ellos.</p> <p>CR10.3.7 Orienta los deportistas para poner en práctica las técnicas psicológicas ofrecidas durante el entrenamiento, tales como motivación, fuerza de voluntad, agresividad, trabajo en equipo, cooperación, disciplina, concentración, capacidad de análisis y anticipación en las acciones motrices durante la competición.</p>
EC10.4: Aplicar técnicas, instrumentos y estrategias para el seguimiento y evaluación de los resultados obtenidos por los deportistas en la competición.	<p>CR10.4.1 Aplica los instrumentos de evaluación (estadísticas individuales y colectivas), priorizando los aspectos relativos a estrategias, técnicas, tácticas y procedimientos organizativos, para registrar y valorar los resultados obtenidos durante la competición.</p> <p>CR10.4.2 Observa el rendimiento obtenido por los participantes en la competición en sesiones posteriores y se valora, para identificar éxitos, desaciertos y proponer soluciones.</p> <p>CR10.4.3 Evalúa el resultado final de los deportistas en la competición atendiendo a los siguientes parámetros:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparación física.</li> <li>- Preparación psicológica.</li> <li>- Preparación técnico-táctica.</li> <li>- Instalaciones e instrumentos deportivos.</li> <li>- Disciplina en la competición.</li> <li>- Estadísticas individuales y colectivas del evento.</li> <li>- Lugar obtenido en la competición deportiva.</li> <li>- Etapa de postcompetición (recuperación).</li> <li>- Higiene, alimentación adecuada y seguridad del deportista.</li> <li>- Marketing y administración deportiva.</li> </ul>
EC10.5: Colaborar en la organización de competiciones y eventos para promocionar las actividades deportivas.	<p>CR10.5.1 Incluye los contenidos y aspectos logísticos de la planificación de cada evento, indicando, entre otros, los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Convocatoria con sus objetivos, contenidos, reglas, metodología, duración y desarrollo.</li> <li>- Organigrama de la competición (comité de honor y comité ejecutivo).</li> <li>- Comisiones: transporte, alimentación, técnica, logística, protocolo, cultura, entre otros.</li> <li>- Recursos humanos, materiales y financieros.</li> <li>- Reglamentación del evento.</li> <li>- Premios y reconocimientos.</li> </ul> <p>CR10.5.2 Solicita y acondiciona las instalaciones, recursos materiales y equipos para el desarrollo de la competición con anticipación, verificando su disponibilidad y el cumplimiento de los requisitos de seguridad y operatividad.</p> <p>CR10.5.3 Realiza la promoción y comunicación de las actividades, utilizando</p>

	<p>técnicas y soportes que aseguren su difusión y el cumplimiento de la convocatoria.</p> <p>CR10.5.4 Establece las comisiones de trabajo para la organización del evento atendiendo a sus diferentes directrices: premiación, protocolo, animación, entre otros.</p> <p>CR10.5.5 Aplica el protocolo de seguridad y establece los medios, equipos y personal necesarios para garantizar la seguridad de los asistentes y participantes en el evento.</p> <p>CR10.5.6 Comprueba los premios y reconocimientos que estén disponibles para ser entregados en tiempo y forma indicados, según los resultados obtenidos.</p> <p>CR10.5.7 Verifica la gestión para la participación en el evento de servicios auxiliares y ajenos a la entidad organizadora (personal de seguridad, sanitario, cruz roja y bomberos), comprobando su adecuación según las actividades programadas.</p>
Contexto profesional	
<p><u>Medios de producción:</u></p> <p>Instalación deportiva e implementos deportivos. Documentación, difusión y promoción deportiva. Material de promoción de actividades. Documentación de control, fichas y listados. Documentos de inscripción a la competición. Equipos informáticos con <i>softwares</i> específicos de aplicación. Medios y equipos de oficina. Cronómetros, silbatos, pistola de salida.</p> <p><u>Productos y resultados:</u></p> <p>Dirección de los deportistas en la competición. Revisión y gestión de los medios para la actividad. Información a los participantes. Documentación informativa para los deportistas y tutores. Valoración del nivel técnico de los deportistas. Valoración continua de la actividad. Dinamización de los grupos. Revisión mantenimiento y almacenaje de los medios y materiales. Programas de competición. Gestión de medios y recursos vinculados a las competiciones. Dirección técnica en competiciones. Reproducciones de secuencias de movimientos. Resultados obtenidos. Estadísticas y pronósticos.</p> <p><u>Información utilizada o generada:</u></p> <p>Programa de la actividad. Horarios de competición. Manuales de los diferentes deportes. Documentación técnica. Fichas de las sesiones. Informes. Fichas de evaluación. Fichas resumen de incidencias. Reglamentos deportivos. Programación y normativas de eventos y competiciones. Clasificaciones y estadísticas de las competiciones y pruebas. Bibliografía especializada. Manuales de gestión deportiva. Documentación sobre normas de seguridad.</p>	



**PLAN DE ESTUDIOS BACHILLERATO DEL TÉCNICO EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO Y ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

CUARTO			QUINTO			SEXTO			Duración total
Asignaturas/ Módulos	horas/ Semana	Horas /Año	Asignaturas/ Módulos	horas/ Semana	horas/ Año	Asignaturas/ Módulos	horas/ Semana	horas/ Año	
Lengua Española	3	135	Lengua Española	3	135	Lengua Española	3	135	405
Lenguas Extranjeras	4	180	Lenguas Extranjeras	4	180	Inglés Técnico	4	180	540
Matemática	3	135	Matemática	3	135	Matemática	3	135	405
Ciencias Sociales	2	90	Ciencias Sociales	2	90	Ciencias Sociales	2	90	270
Ciencias de la Naturaleza	3	135	Ciencias de la Naturaleza	3	135	Ciencias de la Naturaleza	3	135	405
Formación Integral Humana y Religiosa	1	45	Formación Integral Humana y Religiosa	1	45	Formación Integral Humana y Religiosa	1	45	135
Educación Física	1	45	Educación Física	1	45	Educación Física	1	45	135
Educación Artística	1	45	Educación Artística	1	45	Educación Artística	1	45	135
MF_002_3: Ofimática	3	135	MF_006_3: Formación y Orientación Laboral	2	90	MF_004_3: Emprendimiento	3	135	360
MF_596_3: Condición física y salud	4	180	MF_598_3: Organización del entrenamiento deportivo	4	180	MF_591_3: Natación	6	270	585
MF_558_3: Primeros auxilios	4	180	MF_599_3: Atletismo	5	225	MF_602_3: Competición deportiva	5	225	630
MF_597_3: Acondicionamiento físico individual	5	225	MF_600_3: Deportes con pelota	6	270	MF_603_3: Formación en centros de trabajo	8	360	900
MF_588_3: Acondicionamiento físico grupal y coreografías	6	270	MF_601_3: Deportes de combate	5	225				495
Total de horas	40	1800	Total de horas	40	1800	Total de horas	40	1800	5400



## MÓDULOS FORMATIVOS ASOCIADOS A UNIDADES DE COMPETENCIA

### MÓDULO 1: CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

Nivel: 3

Código: MF\_596\_3

Duración: 180 horas

Asociada a la Unidad de Competencia: UC\_596\_3 Valorar y comprobar la condición física y motivacional del participante.

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA1.1: Analizar la estructura anatómica y funcional del sistema cardiovascular, respiratorio y locomotor, y la conexión que existe entre sus diferentes componentes y la respuesta orgánica al ejercicio.	<p>CE1.1.1 Identificar la estructura y fisiología del sistema cardiovascular y respiratorio, su capacidad de trabajo y sus limitaciones ante el ejercicio físico mediante láminas educativas.</p> <p>CE1.1.2 Identificar la estructura y fisiología del aparato locomotor, su capacidad de trabajo y limitaciones en la práctica del ejercicio físico.</p> <p>CE1.1.3 Describir el esqueleto humano y sistema muscular, a través de modelos anatómicos; y:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Reconocer las articulaciones del cuerpo humano y clarificarlas en cuanto a su función y grado de movilidad.</li><li>- Localizar los huesos y músculos del cuerpo humano.</li><li>- Identificar los diferentes arcos de movimiento mediante las interacciones musculoesqueléticas del cuerpo humano.</li></ul> <p>CE1.1.4 Precisar los mecanismos fisiológicos que conllevan al estado de fatiga física.</p> <p>CE1.1.5 Explicar la influencia de los principales elementos osteomusculares, en postura estática y dinámica, mediante modelos anatómicos.</p> <p>CE1.1.6 Identificar las alteraciones morfofuncionales, posturales y las consideradas patológicas.</p> <p>CE1.1.7 Explicar las clasificaciones biotipológicas y su importancia en la actividad física.</p>
RA1.2: Analizar los mecanismos de adaptación fisiológica de los distintos órganos y sistemas, relacionándolos con la práctica de actividades físicas.	<p>CE1.2.1 Determinar la mecánica y los fundamentos bioquímicos de la contracción muscular aplicados al rendimiento físico.</p> <p>CE1.2.2 Explicar las características fisiológicas que definen el desarrollo biológico del ser humano desde la infancia hasta la vejez.</p> <p>CE1.2.3 En modelos anatómicos que representen los diferentes sistemas y aparatos del organismo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Relacionar la estructura de cada órgano con la función que realiza.</li><li>- Explicar la fisiología de cada sistema o aparato, indicando las interacciones entre las diferentes estructuras que lo integran y su repercusión en el rendimiento físico.</li></ul> <p>CE1.2.4 Detallar los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico de los diferentes sistemas y aparatos del organismo humano.</p> <p>CE1.2.5 Explicar la relación que existe entre los mecanismos adaptativos y los principios del entrenamiento y mejora de la condición física.</p> <p>CE1.2.6 Explicar los efectos de la práctica sistematizada de ejercicio físico sobre los elementos estructurales y funcionales de diferentes sistemas del organismo.</p> <p>CE1.2.7 Explicar la respuesta del sistema cardiorrespiratorio, inmunitario,</p>

	<p>gastrointestinal, nervioso central, urogenital, gastrointestinal y óseo-muscular al trabajo de resistencia aeróbica y anaeróbica, fuerza, flexibilidad y velocidad.</p> <p>CE1.2.8 Indicar los mecanismos fisiológicos que conducen a un estado de sobreentrenamiento o fatiga crónica, identificando los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.</p>
<p>RA1.3: Seleccionar test, pruebas y cuestionarios, agrupándolos con coherencia en una batería de pruebas personalizadas, en función de las características del participante.</p>	<p>CE1.3.1 Identificar métodos y procedimientos en la aplicación del test, pruebas y cuestionarios de acuerdo con el tipo de deporte.</p> <p>CE1.3.2 Seleccionar el tipo de test para obtener datos cuantitativos y cualitativos de la condición física del participante, argumentando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicación en función a su finalidad.</li> <li>- Descripción de la técnica de ejecución.</li> <li>- Forma de validación de la prueba con indicadores propuestos.</li> <li>- Instalación, equipos y materiales para su aplicación.</li> <li>- Otras consideraciones de relevancia para su aplicación.</li> </ul> <p>CE1.3.3 Aplicar el método apropiado en la valoración de la condición biológica deportiva en el ámbito de la recreación y en el deporte de competición.</p> <p>CE1.3.4 Seleccionar un test práctico para analizar de forma individual y grupal los resultados de las variables.</p> <p>CE1.3.5 Elaborar un test, prueba o cuestionario, adaptado a las características de un participante determinado.</p> <p>CE1.3.6 Aplicar un test personalizado para un participante, analizando su adecuada adaptación al perfil del mismo, y realizando modificaciones si es necesario.</p> <p>CE1.3.7 Realizar un test o cuestionario personalizado para un participante con capacidades diferentes, y determinar si amerita la atención de un especialista.</p>
<p>RA1.4: Seleccionar equipamiento específico para la medición física y biológica, y comprobar su funcionamiento.</p>	<p>CE1.4.1 Identificar los instrumentos y máquinas de medida de la condición física según su aplicación.</p> <p>CE1.4.2 Identificar los posibles errores del funcionamiento de los aparatos, instrumentos y equipos de medida de la condición física.</p> <p>CE1.4.3 Explicar el mantenimiento preventivo de los equipos e instrumentos de la condición física y biológica.</p> <p>CE1.4.4 Seleccionar los instrumentos o máquinas en función de los parámetros morfológicos o funcionales que se deben medir en un test.</p> <p>CE1.4.5 Demostrar el modo de utilizar los aparatos y equipos de medida de la condición física.</p> <p>CE1.4.6 Definir medidas de corrección de los aparatos, instrumentos y equipos de medición de la condición física.</p> <p>CE1.4.7 Aplicar los protocolos establecidos y las recomendaciones de los fabricantes, en el uso de los instrumentos y equipos de medida de la condición física.</p>
<p>RA1.5: Realizar en condiciones de seguridad pruebas de determinación de la condición física y biológica.</p>	<p>CE1.5.1 Determinar los parámetros de condición física y aptitud biológica de una persona de características dadas.</p> <p>CE1.5.2 Identificar las etapas de la ejecución en las pruebas antropométricas, morfológicas, funcionales y test en actitud física.</p> <p>CE1.5.3 Seleccionar el test apropiado al participante y al parámetro que debemos medir, a sus características psicológicas, fisiológicas y</p>

	<p>biotipológicas.</p> <p>CE1.5.4 Explicar el procedimiento de realización de los diferentes test o pruebas.</p> <p>CE1.5.5 Demostrar el procedimiento de realización de diferentes test o pruebas.</p> <p>CE1.5.6 Aplicar test o pruebas de determinación física y biológica aplicando la siguiente metodología:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostrando correctamente la forma de ejecución.</li> <li>- Indicando las normas de seguridad en su ejecución.</li> <li>- Identificando indicadores o síntomas de riesgo antes o después de ejecución.</li> <li>- Citando los casos fisiológicos y patológicos en que están contraindicados.</li> <li>- Suministrando ayuda a los participantes con menor grado de autonomía personal.</li> </ul> <p>CE1.5.7 Aplicar con ayuda de técnicos de rango superior o igual rango las pruebas o test:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demostrando correctamente la forma de ejecución.</li> <li>- Indicando normas de seguridad.</li> <li>- Citando casos fisiológicos y patológicos en que están contraindicados.</li> <li>- Suministrando ayuda a los usuarios con menor grado de autonomía personal.</li> </ul> <p>CE1.5.8 Explicar los fenómenos fisiológicos que ocurren durante la ejecución de los test de valoración funcional cardíaca.</p> <p>CE1.5.9 Medir los parámetros relativos a la condición física, así como los antropométricos y funcionales relacionados con la respuesta biológica a la actividad física, a través de los test de valoración física.</p> <p>CE1.5.10 Registrar datos obtenidos por medio de los test de valoración física en formatos establecidos.</p>
RA1.6: Analizar factores psicológicos que identifiquen las necesidades y motivaciones del participante, haciendo uso de cuestionarios y entrevistas personales	<p>CE1.6.1 Explicar las bases psicológicas de la formación y desarrollo de la personalidad.</p> <p>CE1.6.2 Describir el procedimiento para identificar las necesidades individuales y de grupo en cuanto a calidad de vida.</p> <p>CE1.6.3 Determinar las necesidades de mejorar la calidad de vida individuales y de grupo, realizando entrevistas y preguntas.</p> <p>CE1.6.4 Identificar el nivel de motivación, signos y actitudes emocionales y situaciones de crisis, mediante la observación y preguntas al participante.</p> <p>CE1.6.5 Establecer técnicas y estrategias en casos de baja motivación, signos y actitudes emocionales y situación de crisis.</p> <p>CE1.6.6 Aplicar estrategias de actuación en casos de signos y actitudes emocionales y situación de crisis, aplicando técnicas para potenciarlas o reconducirlas.</p> <p>CE1.6.7 Explicar las características o peculiaridades psicológicas de determinados colectivos especiales.</p>
RA1.7: Deducir los factores psicosociológicos que pueden incidir en la	<p>CE1.7.1 Especificar las características fundamentales de las diferentes etapas del desarrollo humano.</p> <p>CE1.7.2 Explicar las bases psicológicas de la formación y desarrollo de la personalidad.</p>

<p>dinámica relacional y en la atención al participante</p>	<p>CE1.7.3 En situaciones simuladas, identificar signos y actitudes de emoción intensa y situaciones de crisis, proponiendo estrategias de actuación para potenciarlas o reconducirlas.</p> <p>CE1.7.4 Explicar las características comunes y peculiaridades psicológicas de determinados colectivos especiales.</p> <p>CE1.7.5 Indicar la importancia social del entrenamiento de la condición física en el ocio, la salud y la calidad de vida.</p>
<p>RA1.8: Aplicar técnicas de obtención de datos a través de la aplicación de batería de test, pruebas y cuestionarios.</p>	<p>CE1.8.1 Seleccionar el modelo de fichas y formatos para registro de los datos obtenidos en la aplicación de pruebas.</p> <p>CE1.8.2 Registrar los datos e información obtenidos en la aplicación de batería de test o cuestionarios en los formatos establecidos.</p> <p>CE1.8.3 Identificar los factores que influyen sobre el resultado en la aplicación de test o cuestionarios mediante la técnica de análisis.</p> <p>CE1.8.4 A partir de datos obtenidos de test y pruebas de la condición física de un conjunto de participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborar datos estadísticos y obtener otros datos, a través de gráficos representativos de los resultados.</li> <li>- Elaborar informes conclusivos de resultados obtenidos utilizando terminología adecuada.</li> <li>- Analizar diferencias entre datos, localizando valores erróneos y estadísticamente no fiables y poco significativos.</li> <li>- Comparar resultados obtenidos con los patrones de normalidad.</li> </ul> <p>CE1.8.5 Utilizar los medios tecnológicos para cumplir con los pasos de obtención de datos proporcionados por el modelo de ficha propuesto.</p>
<p>RA1.9: Analizar las implicaciones que la actividad física tiene en la mejora de la calidad de vida y repercusión directa sobre la salud.</p>	<p>CE1.9.1 Explicar la relación directa que existe entre el nivel de condición física, la salud y la calidad de vida.</p> <p>CE1.9.2 Clasificar las actividades físicas y deportivas en función del gasto energético que comportan, y explicar su influencia sobre el control del peso corporal.</p> <p>CE1.9.3 En un caso práctico en el que se definan las características antropométricas y fisiológicas de un individuo utilizando tablas de referencia adecuadas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Calcular el aporte calórico de los alimentos propuestos.</li> <li>- Calcular el valor de ingesta calórica recomendable.</li> <li>- Confeccionar una dieta equilibrada y proponer la forma de controlarla.</li> </ul> <p>CE1.9.4 Clasificar los factores de los que depende un nivel de condición física saludable.</p> <p>CE1.9.5 Indicar las contraindicaciones de la práctica de diferentes actividades físicas y deportivas, explicando sus causas limitantes.</p> <p>CE1.9.6 Explicar la incidencia de determinados hábitos de vida sobre el nivel de salud.</p> <p>CE1.9.7 Determinar los efectos de las diferentes técnicas recuperadoras sobre el organismo: sauna, masaje, baños de vapor, etc.</p> <p>CE1.9.8 Explicar los procedimientos de masaje de activación, recuperación y relajación.</p> <p>CE1.9.9 Realizar técnicas dirigidas de masaje de activación, recuperación y relajación.</p>
<p>RA1.10: Interpretar los</p>	<p>CE1.10.1 Identificar los aspectos particulares para darles atención especial</p>

resultados obtenidos a través de los test y/o pruebas o cuestionarios para la elaboración de programas de acondicionamiento físico.	<p>durante el desarrollo del programa de acondicionamiento físico, basados en los resultados de aplicación de pruebas.</p> <p>CE1.10.2 Detectar las limitaciones que puedan presentar los participantes con capacidades diferentes o dificultades de percepción y/o interpretación.</p> <p>CE1.10.3 En un caso práctico, analizar los cambios observados en diferentes mediciones de un participante en el programa de acondicionamiento físico, identificando las causas y efectos.</p> <p>CE1.10.4 Aplicar normativas de protección de datos y confidencialidad respecto a la información obtenida.</p> <p>CE1.10.5 En un caso práctico, elaborar el informe general basado en resultados obtenidos utilizando un <i>software</i> específico.</p>
---	---

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Estructura y funcionamiento del cuerpo humano</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anatomía del sistema esquelético, muscular y articular.</li> <li>- Sistema respiratorio. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estudio del sistema respiratorio.</li> <li>- Vías respiratorias.</li> <li>- Pulmones: características y funciones.</li> </ul> </li> <li>- Sistema cardiovascular. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características, componentes y funciones.</li> <li>- Función y estructura del sistema sanguíneo</li> </ul> </li> <li>- Sistema nervioso. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Generalidades del sistema nervioso.</li> </ul> </li> </ul>	<p>Identificación de las limitaciones de las personas.</p> <p>Aplicación de técnicas en el uso de ejercicio y las articulaciones del cuerpo humano.</p> <p>Selección de los diferentes arcos de movimiento.</p> <p>Identificación de los mecanismos fisiológicos que conllevan al estado de fatiga física.</p> <p>Caracterización de la influencia de los elementos osteomusculares.</p>	<p>Participación y colaboración en el equipo de trabajo.</p> <p>Disposición a respetar las normativas vigentes en las instalaciones.</p> <p>Atención a la seguridad tanto personal como de los equipos y herramientas utilizados en los test físicos.</p> <p>Valoración del orden y de la limpieza de instrumentos y aparatos de medición de la condición física.</p> <p>Perseverancia ante las dificultades.</p> <p>Respeto a los procedimientos y normas de los test y pruebas de valoración.</p> <p>Espíritu de responsabilidad individual, esfuerzo personal e innovación en el ámbito de su labor como bachiller técnico deportivo.</p>
<p>Adaptaciones funcionales a la actividad física. Fisiología del ejercicio.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptación aguda y adaptación crónica.</li> <li>- Supercompensación.</li> <li>- Adaptación cardiovascular.</li> <li>- Adaptación del sistema respiratorio.</li> <li>- Metabolismo energético.</li> <li>- Adaptación del sistema nervioso y endocrino.</li> <li>- Bioquímica y biomecánica de la contracción muscular.</li> <li>- Sobreentrenamiento, fatiga crónica y recuperación.</li> </ul>	<p>Caracterización de la mecánica y bioquímicos de la contracción muscular aplicados al rendimiento físico.</p> <p>Selección de los mecanismos de adaptación funcional al esfuerzo físico.</p> <p>Caracterización de la relación que existe entre los mecanismos adaptativos y el entrenamiento y mejora de la condición física.</p> <p>Identificación de los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga en el entrenamiento físico.</p>	
Factores de la condición física y	Selección de métodos y	

<p>motriz</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El ejercicio físico.</li> <li>- El calentamiento.</li> <li>- Las capacidades físicas.</li> <li>- Coordinativas.</li> <li>- Capacidades condicionales.</li> <li>- Fuerza.</li> <li>- Rapidez.</li> <li>- Resistencia.</li> <li>- Flexibilidad.</li> <li>- La recuperación.</li> <li>- Factores que determinan el desarrollo de las capacidades físicas y coordinativas.</li> <li>- Métodos generales para el desarrollo de las capacidades condicionales</li> <li>- Ejercicios para el desarrollo de las capacidades físicas.</li> </ul>	<p>procedimientos de acuerdo con el tipo de deporte.</p> <p>Aplicación de técnicas de ejecución para analizar los resultados de las variables.</p> <p>Aplicación de test o cuestionario personalizado.</p>	<p>Ética en el comportamiento personal, para transmitir con el ejemplo valores vinculados al juego limpio, el respeto a los demás y al respeto y cuidado del propio cuerpo.</p>
<p>Antropometría</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Medidas antropométricas para actividades físicas y deportivas.</li> <li>- Técnicas para la obtención de magnitudes antropométricas.</li> <li>- Magnitudes antropométricas.</li> <li>- Composición corporal.</li> </ul>	<p>Selección y aplicación de los instrumentos y máquinas de medida de la condición física de la persona.</p> <p>Metodología del procesamiento para la obtención de los índices del somato tipo y la composición corporal.</p>	
<p>Pruebas biológico-funcionales en actividades físicas y deportivas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos biológicos.</li> <li>- Objetivos.</li> <li>- Instrumentos para su aplicación.</li> <li>- Análisis y comprobación de los resultados.</li> </ul>	<p>Caracterización de los parámetros de condición física y aptitud biológica de las personas.</p> <p>Observación del asesoramiento médico antes de las pruebas de signos evidentes.</p>	
<p>Análisis postural en el rendimiento de actividades físicas y deportivas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos.</li> <li>- Fundamentos biológicos.</li> <li>- Instrumentos de medición.</li> </ul>	<p>Aplicación de técnicas para análisis del rendimiento físico de las personas.</p> <p>Pruebas de análisis postural en el rendimiento de actividades físicas y deportivas.</p>	
<p>Test de condición física</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos.</li> <li>- Fundamentos biológicos.</li> <li>- Test de campo y de laboratorio.</li> <li>- Instrumentos de medición.</li> <li>- Análisis y comprobación de resultados.</li> </ul>	<p>Selección de modelo de fichas y formatos para registro de los datos.</p> <p>Identificación de los factores que influyen sobre el resultado en la aplicación de test.</p> <p>Utilización de los medios tecnológicos para cumplir con los pasos de obtención de datos.</p>	

	Selección del tipo de test para obtener datos cuantitativos y cualitativos.	
Pruebas de aptitud en actividades físicas y deportivas <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos.</li> <li>- Tipología y características.</li> </ul>	Realización de diferentes pruebas de aptitud físicas. Pruebas de coordinación, velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad. Prueba de equilibrio dinámico y estático.	
Fatiga física <ul style="list-style-type: none"> <li>- Indicadores orgánicos.</li> <li>- Síntomas.</li> <li>- Medidas de recuperación.</li> </ul>	Aplicación de técnicas para medir la fatiga física. Técnicas de observación de síntomas.	
Nutrición del deportista y bioenergética <ul style="list-style-type: none"> <li>- Higiene y nutrición del deportista.</li> <li>- Hidratación antes, durante y después de la actividad física.</li> <li>- Consideraciones generales sobre las transformaciones energéticas en el organismo.</li> <li>- Composición corporal, balance energético y control de peso.</li> <li>- Recuperación y relajación.</li> </ul>	Elaboración de pequeños planes de nutrición del deportista. Verificación de la hidratación del deportista. Caracterización fisiológica de un individuo deportista. Medidas de recuperación.	
Técnicas de obtención y recolección de datos en actividades físicas y deportivas <ul style="list-style-type: none"> <li>- La entrevista personal: objetivo, aplicación y registro de datos.</li> <li>- El cuestionario: objetivos, tipos de cuestionarios, aplicación y registro.</li> <li>- La observación: objetivos, etapas de aplicación.</li> <li>- Registro de datos aplicando normativa de protección de datos y confidencialidad.</li> </ul>	Aplicación de técnicas de obtención y recolección de datos. Aplicación de la entrevista y el cuestionario. Selección de fichas y formatos para registro de los datos.	
Bases de psicología aplicadas al deporte. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Psicología del deporte.</li> <li>- Desarrollo evolutivo.</li> <li>- Bases de la personalidad: carácter, temperamento, concentración de atención, dispersión de la atención.</li> <li>- Psicología del grupo. Motivación y estímulo.</li> <li>- Características de la personalidad</li> </ul>	Aplicación de técnicas de relajación antes de la competición. Aplicación de técnicas generales de relajación del deportista. Elaboración de planes de motivación y anotación de estados de ánimo en función de la fase de entrenamiento.	

en sus distintas etapas.		
<p>Calidad de vida y desarrollo personal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Necesidades personales y sociales.</li> <li>- Motivación.</li> <li>- Actitudes y aptitudes del participante.</li> <li>- Proceso de adaptación e inadaptación social.</li> <li>- Sociología del ocio y la actividad física deportiva.</li> <li>- Calidad de vida y desarrollo personal.</li> <li>- Necesidades personales y sociales.</li> </ul>	<p>Aplicación de técnicas de identificación de necesidades motivacionales del deportista.</p> <p>Identificación de signos y actitudes de emoción intensa y situaciones de crisis.</p> <p>Caracterización de peculiaridades comunes y psicológicas.</p> <p>Estudio de casos de la importancia social del entrenamiento.</p> <p>Procesos de adaptación social y situaciones de inadaptación.</p>	
<p>Actividad física y salud</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Efectos de la actividad física sobre la salud.</li> <li>- Higiene corporal y postural de los participantes en actividades físicas.</li> <li>- Contraindicaciones absolutas o relativas de la práctica de la actividad física. Medios y métodos de recuperación después de la actividad física.</li> <li>- Importancia de la forma de respirar durante la actividad física.</li> <li>- Importancia de la postura correcta durante la realización de los ejercicios.</li> </ul>	<p>Caracterización de la relación que existe entre el nivel de condición física, la salud y la calidad de vida.</p> <p>Clasificación de las actividades físicas y deportivas en función del gasto energético.</p> <p>Identificación de los factores de los que depende un nivel de condición física saludable.</p>	
<p>Técnicas básicas de masaje aplicadas a la recuperación deportiva</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas de recuperación.</li> <li>- Nociones generales del masaje.</li> <li>- Clasificación general del masaje.</li> <li>- Condiciones técnicas e higiénicas del masaje.</li> <li>- Influencia fisiológica del masaje sobre el organismo.</li> <li>- Manipulaciones fundamentales del masaje manual. Sus técnicas y acción fisiológica.</li> </ul>	<p>Caracterización de la incidencia de determinados hábitos de vida sobre el nivel de salud.</p> <p>Aplicación de los procedimientos de masaje de activación, recuperación y relajación.</p>	
<p>Informática aplicada a la valoración de la condición física</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Software</i> general y específico.</li> <li>- <i>Hardware</i> general y específico.</li> </ul>	<p>Aplicación de normativas de protección de datos y confidencialidad a la información.</p> <p>Elaboración de informe basado en resultados.</p>	



**Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos y actividades de motivación al aprendizaje, relacionadas con las competencias que el alumno o alumna pueda presentar en el tema de condición física y salud.
- Transmisión de conocimientos, a través de socialización, debates, actividades de descubrimientos de temas relacionados a condición física y salud.
- Utilización de material audiovisual —videos y presentaciones— y de enseñanza asistida por computador: entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje, uso de Internet, plataformas...
- Realización de prácticas entre alumnas y alumnos voluntarios, para ensayar acerca de la condición física y la salud.
- Aprendizaje cooperativo, mediante actividades de trabajo en equipo.
- Aprendizaje en situaciones reales de trabajo, mediante visitas a empresas o instituciones de actividades afines y en la formación en centros de trabajo que les sirvan para su desarrollo profesional.
- Aprendizaje mediante coevaluación en la que se pone de manifiesto lo aprendido en el transcurso del módulo.

**MÓDULO 2: PRIMEROS AUXILIOS**

Nivel: 3

Código: MF\_558\_3

Duración: 180 horas

Asociada a la Unidad de Competencia: UC\_558\_3 Asistir en primera instancia en caso de accidente o situación de emergencia.

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA2.1: Realizar la valoración inicial de la persona con necesidad de auxilio, para prestar la asistencia requerida según recursos disponibles y tipo de ayuda necesaria.	CE2.1.1 Describir el procedimiento para la valoración inicial de la persona necesitada de auxilio. CE2.1.2 Analizar las condiciones requeridas que se deben asegurar en la zona para la atención del usuario o usuaria en caso de accidente o situación de emergencia. CE2.1.3 Reconocer las técnicas de autoprotección en la manipulación de personas accidentadas. CE2.1.4 Describir el contenido mínimo de un botiquín de urgencias y las indicaciones de los productos y medicamentos. CE2.1.5 Razonar las prioridades de actuación cuando hay múltiples víctimas. CE2.1.6 Describir y ejecutar los procedimientos para verificar la permeabilidad de las vías aéreas. CE2.1.7 Describir y ejecutar los procedimientos de actuación en caso de hemorragias. CE2.1.8 Identificar la secuencia de actuación ante un(a) accidentado(a) en situación de compromiso vital, según protocolos establecidos. CE2.1.9 Describir los procedimientos para comprobar el nivel de consciencia.
RA2.2: Aplicar soporte vital básico ante	CE2.2.1 Describir los fundamentos de la resucitación cardiopulmonar. CE2.2.2 Aplicar técnicas de apertura de la vía aérea y de soporte

diferentes situaciones de emergencia.	<p>ventilatorio y circulatorio.</p> <p>CE2.2.3 Describir los equipos, procedimiento y finalidad de la desfibrilación externa semiautomática (DEA).</p> <p>CE2.2.4 Aplicar medidas de soporte para la estabilización de la reanimación.</p> <p>CE2.2.5 Indicar las lesiones, patologías o traumatismos más frecuentes.</p> <p>CE2.2.6 Describir la valoración primaria y secundaria de la persona accidentada.</p> <p>CE2.2.7 Describir las principales lesiones producidas por los distintos agentes causantes mecánicos o termoelectrónicos.</p> <p>CE2.2.8 Aplicar los cuidados iniciales ante un(a) paciente con lesiones por agentes físicos y/o químicos.</p> <p>CE2.2.9 Reconocer los casos o circunstancias de la persona accidentada, en los que no se debe intervenir.</p> <p>CE2.2.10 Establecer la atención adecuada ante pacientes inconscientes o con problemas de alteración de la consciencia o con crisis convulsivas.</p> <p>CE2.2.11 Describir las principales lesiones producidas por animales y la actuación de primeros auxilios ante las mismas.</p>
RA2.3: Realizar las operaciones técnicas necesarias para determinar los valores de las constantes vitales en la asistencia a la persona accidentada o con necesidad de auxilio.	<p>CE2.2.1 1 Explicar los conceptos de pulso y de presión arterial, relacionándolos con las patologías más importantes que producen la alteración de sus valores normales.</p> <p>CE2.2.2 Explicar las distintas técnicas de toma de constantes vitales, identificando las zonas anatómicas más apropiadas para su medición, en función de las características del individuo.</p> <p>CE2.2.3 En un ejercicio práctico de toma de constantes vitales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tranquilizar y colocar adecuadamente al(a la) paciente.</li> <li>- Localizar las zonas anatómicas adecuadas para la toma del pulso y tensión arterial.</li> <li>- Tomar el pulso y la tensión arterial de forma manual y automática.</li> <li>- Manejar adecuadamente el equipo de toma de tensión arterial: esfigmomanómetro y fonendoscopio.</li> <li>- Registrar los datos obtenidos.</li> <li>- Aplicar normas de higiene en la manipulación del equipo.</li> </ul>
RA2.4: Aplicar procedimientos de inmovilización y movilización de víctimas, seleccionando los medios materiales y las técnicas.	<p>CE2.4.1 Describir las condiciones necesarias para acceder a una víctima en caso de accidente, aplicando normas y protocolos de seguridad y de autoprotección.</p> <p>CE2.4.2 Identificar los medios materiales de inmovilización y movilización.</p> <p>CE2.4.3 Describir las precauciones y medidas posturales ante una persona lesionada, relacionándolas con las repercusiones de una movilización y traslado inadecuados.</p> <p>CE2.4.4 Confeccionar sistemas para la inmovilización y movilización de personas enfermas o accidentadas con materiales convencionales e inespecíficos u otros medios.</p>
RA2.5: Analizar la necesidad de apoyo emocional y de autocontrol en todas las personas involucradas en un accidente.	<p>CE2.5.1 Enumerar las necesidades psicológicas de la persona accidentada, identificando los factores que predisponen a la ansiedad en las situaciones de accidente o emergencia.</p> <p>CE2.5.2 Desarrollar estrategias básicas de comunicación con la persona accidentada y sus acompañantes.</p> <p>CE2.5.3 Desarrollar habilidades de apoyo psicológico básico para mejorar el estado emocional de la persona accidentada.</p>

	<p>CE2.5.4 Valorar la importancia de infundir confianza y optimismo a la persona accidentada durante toda la operación.</p> <p>CE2.5.4 Especificar técnicas que deben ser empleadas para controlar una situación de ansiedad o agresividad.</p> <p>CE2.5.5 Reconocer el efecto sobre el(la) primer(a) interviniente en una emergencia, cuando fracasa y no consigue el fin deseado.</p>
--	---

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Sistemas de emergencias. Primeros auxilios.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivos y límites.</li> <li>- Accidentes.</li> <li>- Tipos y consecuencias.</li> <li>- Comunicaciones.</li> <li>- Terminología médico-sanitaria en primeros auxilios.</li> <li>- Protocolos de transmisión de información.</li> <li>- Prioridades de actuación en múltiples víctimas.</li> <li>- Triaje simple.</li> <li>- Valoración de la persona accidentada. Signos de compromiso vital en la persona adulta, niño o niña y lactante.</li> <li>- Signos y síntomas de urgencia.</li> <li>- Protocolos de exploración.</li> <li>- Sistemas de valoración del nivel de consciencia.</li> <li>- Toma de constantes vitales.</li> <li>- Actuación del primer o primera interviniente. Marco legal, responsabilidades y ética profesional.</li> <li>- Sistema de protección de zona. Métodos y materiales.</li> <li>- Sistemas de protección, aviso y socorro.</li> <li>- Autoprotección y seguridad en la intervención.</li> <li>- Riesgos.</li> <li>- Medidas y equipos.</li> <li>- Botiquín de primeros auxilios. Componentes, uso y aplicaciones.</li> </ul>	<p>Aplicación de técnicas de transmisión de información. Manejo de la terminología específica.</p> <p>Identificación de las prioridades de actuación en función de la gravedad y el tipo de lesiones. Identificación de las situaciones que suponen un riesgo vital. Realización de triajes básicos.</p> <p>Aplicación de técnicas para la valoración inicial de la persona accidentada. Verificación de la permeabilidad de las vías aéreas, ventilación y circulación. Valoración del nivel de consciencia. Toma de constantes vitales.</p> <p>Identificación de la secuencia de actuación según protocolos. Identificación y utilización del material básico de un botiquín de primeros auxilios.</p> <p>Aplicación de técnicas para asegurar la zona de intervención. Aplicación de técnicas de autoprotección.</p>	<p>Cordialidad, amabilidad y actitud conciliadora y sensible ante los demás.</p> <p>Cortesía y respeto en el trato al(a la) paciente.</p> <p>Interés y preocupación por atender satisfactoriamente las necesidades de los(as) pacientes.</p> <p>Capacidad para interpretar y ejecutar instrucciones de trabajo.</p> <p>Eficacia en la comunicación con las personas adecuadas en cada momento.</p> <p>Claridad, orden y precisión para transmitir información. Respeto a los procedimientos y normas.</p>
<p>Valoración del accidentado o accidentada</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Signos vitales. Valoración</li> </ul>	<p>Técnicas de medida e interpretación de constantes vitales.</p>	

<p>primaria y secundaria. Situaciones de no intervención. Constantes vitales. - Medida y registro de datos. Compromiso de la ventilación. - Control de la permeabilidad de las vías aéreas. - Maniobras en situaciones de asfixia. Apertura y desobstrucción. Mantenimiento. Resucitación cardiopulmonar básica (RCP). - La atención de urgencia en paro cardiorrespiratorio. - Protocolos en personas adultas, lactantes y niños o niñas. - Desfibrilación externa automática (DEA). - Funcionamiento y mantenimiento de equipos. - Situaciones especiales. Legislación. Actuación ante emergencias que afectan al estado de consciencia - Situaciones de pérdida de consciencia: síncope, lipotimias, coma, crisis convulsivas. - Valoración y atención a personas inconscientes. - Atención a personas con crisis convulsivas. Traumatismos mecánicos: heridas, fracturas, luxaciones, esguinces y hemorragias - Características y tratamiento. - Traumatismos termoeléctricos: quemaduras e insolaciones. - Características y tratamiento. - Atención inicial en lesiones por agentes físicos como traumatismos, heridas, hemorragias, calor o frío, electricidad y radiaciones. - Intoxicaciones. - Tipos y tratamiento. - Atención inicial en lesiones por agentes químicos y biológicos.</p>	<p>Caracterización y tratamiento en situaciones de emergencia. Traumatismos mecánicos: heridas, fracturas, luxaciones, esguinces y hemorragias. Caracterización y tratamiento en traumatismos termoeléctricos: quemaduras e insolaciones. Atención de urgencia en paro cardiorrespiratorio. Realización de maniobras en situaciones de asfixia. Aplicación de técnicas de RCP (resucitación cardiopulmonar básica). Aplicación de técnicas para la apertura de la vía aérea. Aplicación de técnicas de soporte ventilatorio y circulatorio. Aplicación de medidas postreanimación. Caracterización y tratamiento en situaciones de pérdida de consciencia: síncope, lipotimias, coma, crisis convulsivas. Intoxicaciones. Caracterización y tratamiento en lesiones producidas por animales.</p>	
---	--	--

- Lesiones producidas por animales.		
Inmovilización, movilización y transporte - Tipos. - Materiales. - Camillas y ayudas técnicas. - Evaluación de la necesidad y conveniencia del traslado. - Posiciones de seguridad y espera. Posiciones de traslado. - Indicaciones. - Normas de seguridad y prevención de riesgos.	Aplicación de técnicas para la inmovilización y movilización de personas accidentadas. Aplicación de técnicas para la colocación postural. Confección de sistemas para la inmovilización y movilización como férulas y camillas.	
Comunicación en situaciones de emergencia - Estrategias básicas de comunicación. - Respuesta emocional propia del primer o primera interviniente y de las personas afectadas por una situación de peligro vital. - Valoración del papel del primer o primera interviniente. - El control emocional. - Situaciones de duelo, angustia, ansiedad, tensión o agresividad. Actuación en dichas situaciones.	Aplicación de técnicas de comunicación en distintas situaciones. Aplicación de técnicas básicas de autocontrol y apoyo psicológico, así como para el control de situaciones de duelo, ansiedad, angustia o agresividad.	

#### **Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos y actividades de motivación al aprendizaje.
- Transmisión de conocimientos, procedimientos y actitudes, con activación de procesos cognitivos en el estudiante, a través de actividades de descubrimiento.
- Utilización de material audiovisual —videos y presentaciones— y de enseñanza asistida por computador: entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje, uso de Internet, plataformas...
- Utilización de maniqués en el taller para la simulación de prácticas de reanimación cardiopulmonar.
- Realización de prácticas entre los alumnos y alumnas voluntarios, para ensayar primeros auxilios, inmovilizaciones, vendajes, entre otros.
- Estudio de casos de emergencia vital y de salud, con análisis de un hecho, problema o suceso real de carácter técnico profesional, con la finalidad de conocerlo, interpretarlo y resolverlo; así como para generar hipótesis, completar conocimientos y, en ocasiones, entrenarse en los posibles procedimientos alternativos de solución.
- Aprendizaje cooperativo, mediante actividades de trabajo en equipo, en las que los alumnos y alumnas analizan protocolos de actuación ante diversos tipos de accidentes o situación de emergencia, intercambian información y exponen propuestas, conclusiones e informes comunes, para fomentar el trabajo en equipo y las habilidades sociales.

- Aprendizaje basado en problemas (ABP), para desarrollar aprendizajes activos abordando, de forma ordenada y coordinada, las fases que implican la resolución o desarrollo de los primeros auxilios en caso de accidente o emergencia vital, planteada por el profesor y vinculada a las competencias.
- Aprendizaje en situaciones reales de trabajo, mediante visitas a ferias profesionales relacionadas con los primeros auxilios.
- Aprendizaje mediante evaluación de lo aprendido, para conducir a retroalimentaciones positivas.

### MÓDULO 3: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO INDIVIDUAL

Nivel: 3

Código: MF\_597\_3

Duración: 225 horas

Asociada a la Unidad de Competencia: UC\_597\_3 Programar y dirigir las actividades de acondicionamiento físico individual.

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA3.1: Definir la programación de las salas de entrenamiento, de acuerdo con la programación general.	<p>CE3.1.1 Caracterizar el equipamiento básico de la sala de acondicionamiento físico y sus aplicaciones para el desarrollo de las distintas capacidades físicas.</p> <p>CE3.1.2 Describir las situaciones de riesgo que se pueden presentar ante el desarrollo de actividades características de una sala de acondicionamiento físico.</p> <p>CE3.1.3 Ante un caso práctico de programación de una sala de entrenamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer los horarios de clase de cada participante en función de la capacidad instalada.</li> <li>- Organizar la frecuencia semanal y horarios de los programas de entrenamiento, para el mayor aprovechamiento de la sala.</li> <li>- Distribuir los aparatos, máquinas y material diverso, en función de las características de los participantes y de los programas de entrenamiento, en un horario determinado.</li> <li>- Programar el uso de aparatos, máquinas y otros materiales de acuerdo con el plan de entrenamiento de cada participante.</li> </ul> <p>CE3.1.4 En un caso práctico, elaborar un plan de coordinación con otras áreas y/o con técnicos de la organización en función de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La superficie, características y dotación de las salas de acondicionamiento físico;</li> <li>- Las diversas tipologías de los usuarios en cuanto a preferencias y posibilidades;</li> <li>- La variedad de actividades que se ofrecen;</li> <li>- Las estrategias, procedimientos y metodologías adoptadas a las sesiones de entrenamiento;</li> <li>- Los técnicos y monitores que van a usar la sala.</li> </ul> <p>CE3.1.5 Diseñar un cronograma de las actividades de mantenimiento de las instalaciones de acondicionamiento físico, valorando la importancia que tienen para la seguridad de los participantes.</p>
RA3.2: Elaborar programas de	CE3.2.1 Analizar diferentes procedimientos y técnicas de programación y periodización del entrenamiento de la condición física.

<p>acondicionamiento físico personalizados para un entrenamiento individual.</p>	<p>CE3.2.2 En un caso práctico, interpretar los datos obtenidos en la valoración de un participante como punto de partida para la elaboración del programa de acondicionamiento físico.</p> <p>CE3.2.3 Describir el material, los aparatos, los ejercicios y los circuitos indicados en los programas de acondicionamiento, en función de las características y necesidades de los participantes y de las capacidades que se desea desarrollar.</p> <p>CE3.2.4 Enumerar los factores que hay que tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución de los distintos ejercicios y/o actividades.</p> <p>CE3.2.5 En un caso práctico en el que se identifique a un participante o grupo de participantes, formular los objetivos operativos en función de sus características, intereses y necesidades y de los medios y tiempo disponibles.</p> <p>CE3.2.6 En diferentes casos prácticos en los que se conozcan las expectativas y las características de los participantes, elaborar un programa de acondicionamiento físico; y determinar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El tipo de sesiones, describiendo la carga de entrenamiento a partir del volumen y la intensidad.</li> <li>- Las fases que debe tener la sesión de entrenamiento, explicando las características de cada una de ellas y precisando la secuencia de los ejercicios que se utilizan.</li> <li>- Los ejercicios que hay que desarrollar en cada fase y su temporalización.</li> <li>- El material necesario.</li> <li>- Las posibles adaptaciones y/o modificaciones de los ejercicios en función de las características y las necesidades del participante.</li> <li>- Las actividades alternativas adecuadas a las posibilidades y limitaciones de los participantes con capacidades diferentes.</li> </ul>
<p>RA3.3: Poner en relación los distintos sistemas de entrenamiento de mejora de las capacidades físicas con la elaboración de los programas de acondicionamiento físico.</p>	<p>CE3.3.1 Definir las diferentes capacidades condicionales indicando los criterios que se utilizan para su clasificación y los factores que las determinan.</p> <p>CE3.3.2 Explicar la evolución de cada una de las capacidades condicionales y coordinativas en función de la edad, así como su relación con el género.</p> <p>CE3.3.3 Describir diferentes métodos para el desarrollo de las capacidades condicionales.</p> <p>CE3.3.4 Explicar los principios del entrenamiento deportivo en general y su aplicación práctica al desarrollo de la condición física en particular, para su aplicación en la elaboración de los programas de acondicionamiento físico.</p> <p>CE3.3.5 Explicar los fundamentos del trabajo de la resistencia aeróbica y anaeróbica, de la fuerza y resistencia muscular, agilidad, flexibilidad y la velocidad, aplicados a la programación de acondicionamiento físico.</p>
<p>RA3.4: Demostrar los ejercicios y el material de uso más frecuente en las actividades de acondicionamiento físico en una sala de entrenamiento</p>	<p>CE3.4.1 Identificar el equipamiento específico y las posibles aplicaciones del mismo para el desarrollo de la condición física a través de las actividades características de una sala de entrenamiento polivalente.</p> <p>CE3.4.2 Seleccionar el material para el desarrollo de la condición física, adecuado para la capacidad que se desea desarrollar y las características del participante.</p> <p>CE3.4.3 Demostrar la forma de ejecución de los diferentes ejercicios con</p>



<p>polivalente.</p>	<p>pesa.</p> <p>CE3.4.4 Describir el uso y manejo de los aparatos y el tipo de material que se utilizan en la sep.</p> <p>CE3.4.5 Describir las precauciones que hay que tener en cuenta en la utilización de los aparatos, el tipo de material y los errores de manipulación más frecuentes.</p> <p>CE3.4.6 Enumerar las anomalías más frecuentes de los aparatos y materiales, y describir el proceso para su detección y corrección.</p> <p>CE3.4.7 Identificar las adaptaciones que es necesario realizar en los aparatos y máquinas para poder ser utilizados por el participante con dificultades en el agarre, en el equilibrio y/o con movilidad reducida.</p>
<p>RA3.5: Programar y dirigir actividades de acondicionamiento físico aplicando la metodología más adecuada.</p>	<p>CE3.5.2.1 Indicar la información que debe recibir el participante sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funcionamiento y utilización de las máquinas y aparatos.</li> <li>- Requerimiento de vestimenta y complementos en función de la actividad.</li> <li>- Forma de realizar los diferentes ejercicios.</li> </ul> <p>CE3.5.2 Determinar las actitudes que hay que adoptar ante diferentes tipologías del participante y los comportamientos concordantes con las mismas.</p> <p>CE3.5.3 Aplicar las estrategias que se pueden utilizar para motivar a cada persona y al grupo de participantes.</p> <p>CE3.5.4 Emplear los diferentes recursos que se pueden utilizar para dar soporte al proceso de instrucción-asimilación de los ejercicios y actividades del programa de entrenamiento: demostración, ayuda visual, medios audiovisuales, descripciones, ayudas manuales y ayudas mecánicas.</p> <p>CE3.5.5 Mostrar las dificultades de ejecución en los diferentes ejercicios y las estrategias para reducirlas, así como los errores de ejecución más frecuentes, sus causas y la manera de evitarlos y/o corregirlos.</p> <p>CE3.5.6 Indicar los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.</p> <p>CE3.5.7 En diferentes casos prácticos de instrucción en actividades de acondicionamiento físico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dar información clara y precisa sobre los objetivos y contenidos de la sesión, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso (verbal, gestual, etc.).</li> <li>- Adoptar la posición correcta respecto al participante que favorezca en todo momento la comunicación.</li> <li>- Adoptar la actitud idónea que permita controlar y motivar la participación en el grado requerido.</li> <li>- Observar la evolución de los participantes, e informarles de forma adecuada sobre sus progresos o errores.</li> <li>- Reconocer las limitaciones y posibilidades de participación de cada participante.</li> <li>- Detectar los errores de ejecución y corregir movimientos o posturas erróneas, teniendo como referente el modelo biomecánicamente óptimo.</li> <li>- Dar las indicaciones oportunas para corregir los errores.</li> <li>- Proponer acciones para optimizar la motivación y adherencia al programa.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar las dificultades que, en la ejecución, pueden tener los participantes con capacidades diferentes, a fin de prevenirlas y/o corregirlas.</li> </ul> <p>CE3.5.8 En un caso práctico, evaluar los resultados obtenidos por los participantes a través de pruebas físicas, basadas en los planes de entrenamiento.</p>
RA3.6: Demostrar los factores que influyen en el desarrollo físico para la ejecución de los diferentes ejercicios.	<p>CE3.6.1 Coordinar el tiempo entre cada uno de los ejercicios y sesiones de los entrenamientos que se aplican.</p> <p>CE3.6.2 Seleccionar la hora idónea estipulada de alimentación para la realización de los ejercicios.</p> <p>CE3.6.3 Utilizar el espacio necesario para la enseñanza de las diferentes técnicas y movimientos en la ejecución de los ejercicios físicos.</p> <p>CE3.6.4 Organizar los ejercicios técnicos y físicos para desarrollar el acondicionamiento físico del participante, en un tiempo determinado.</p> <p>CE3.6.5 Seleccionar los aparatos necesarios para la ejecución de los ejercicios físicos concretos, en relación al desarrollo físico de los participantes.</p>
RA3.7: Especificar las características de los diferentes ejercicios y actividades de acondicionamiento físico propias de una sala de entrenamiento polivalente, y los procesos de adaptación que provocan en el organismo.	<p>CE3.7.1 Establecer la adaptación física de cada una de las actividades y modalidades, la técnica, intensidad, indicaciones y contraindicaciones.</p> <p>CE3.7.2 Detallar la respuesta de los sistemas cardiorrespiratorio, metabólico y muscular al trabajo de resistencia aeróbica y anaeróbica, de fuerza, agilidad, flexibilidad y de velocidad.</p> <p>CE3.7.3 Especificar los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuente en este tipo de actividades.</p> <p>CE3.7.4 Especificar las contraindicaciones en la práctica de las diferentes actividades.</p> <p>CE3.7.5 Especificar y controlar los períodos y fases de los diferentes ejercicios para el desarrollo físico.</p> <p>CE3.7.6 Reproducir ejercicios de musculación, resistencia y flexibilidad, explicando los grupos musculares implicados, posibles variantes, posibles contraindicaciones, errores de ejecución más frecuentes y aspectos que hay que tener en cuenta durante su enseñanza.</p>
RA3.8: Aplicar los movimientos básicos del aparato locomotor desde el punto de vista biomecánico y su implicación para la ejecución del movimiento del ejercicio físico.	<p>CE3.8.1 Relacionar los diferentes tipos de palancas y su participación en los principales movimientos del cuerpo humano.</p> <p>CE3.8.2 Clasificar los principales movimientos del cuerpo humano en función de:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planos y ejes.</li> <li>- Tipo de contracción muscular: isométrica, isocinética e isotónica.</li> </ul> <p>CE3.8.3 En un caso práctico en el que se describan diferentes posiciones del cuerpo humano, determinar la localización del centro de gravedad.</p> <p>CE3.8.4 Relacionar los diferentes tipos de fuerzas con los movimientos que producen o modifican, describiendo los mecanismos de acción producidos, ante ejercicios físicos concretos.</p> <p>CE3.8.5 Interpretar símbolos, terminología y gráficos para representar movimientos y ejercicios físicos.</p>
RA3.9: Elaborar programas de evaluación de los logros alcanzados por los	<p>CE3.9.1 Describir los indicadores que determinan la evaluación de la calidad del servicio tanto en el proceso como en el resultado.</p> <p>CE3.9.2 Seleccionar los instrumentos y técnicas de evaluación del proceso y del resultado.</p>

participantes en una sala de acondicionamiento físico.	CE3.9.3 Seleccionar las pruebas de medición del rendimiento de los participantes. CE3.9.4 Determinar la secuencia temporal de evaluación.
--	--

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Historia de la planificación en el área de la actividad física. Programación en actividades de acondicionamiento físico.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos.</li> <li>- Marco teórico.</li> <li>- Elementos de la programación.</li> <li>- Técnicas de programación en el ámbito del acondicionamiento físico.</li> <li>- Recopilación de información para la planificación del acondicionamiento físico.</li> <li>- Programas personalizados de acondicionamiento físico: elaboración y progresión secuencial.</li> <li>- Ubicación del desarrollo de las capacidades básicas dentro del plan de acuerdo con los objetivos planteados.</li> <li>- La función docente del instructor: <ul style="list-style-type: none"> <li>- El proceso de enseñanza-aprendizaje en el acondicionamiento físico.</li> <li>- Estilos de enseñanza y métodos de aprendizaje.</li> <li>- La adaptación a las características de los que aprenden. Rasgos evolutivos.</li> <li>- La atención a personas con capacidades diferentes.</li> </ul> </li> </ul> <p>Programas de evaluación del rendimiento físico de los participantes en actividades de acondicionamiento físico.</p>	<p>Planificación y programación.</p> <p>Periodización de la planificación del acondicionamiento físico.</p> <p>Tipos de planificación de las capacidades físicas: fuerza, resistencia aeróbica y anaeróbica, coordinación dinámica y estática, velocidad de reacción, resistencia, potencia de la fuerza y de la velocidad.</p> <p>Práctica de las técnicas de programación en el ámbito del acondicionamiento físico.</p> <p>Metodología aplicada: estrategias de instrucción; estrategias educativas en el acondicionamiento físico individual y de grupo.</p>	<p>Participación y colaboración con el equipo de la sala de entrenamiento.</p> <p>Disposición a respetar las normativas vigentes en las instalaciones.</p> <p>Atención a la seguridad tanto personal como de los equipos y materiales utilizados en los test físicos.</p> <p>Valoración del orden y de la limpieza de los aparatos en la sala de entrenamiento de la condición física.</p> <p>Respeto a los procedimientos y normas de la sala de entrenamiento.</p> <p>Espíritu de responsabilidad individual, esfuerzo personal e innovación en el ámbito de su labor como bachiller técnico deportivo.</p> <p>Ética en el comportamiento personal, para transmitir con el ejemplo valores vinculados al juego limpio, el respeto a los demás y al respeto y cuidado del propio</p>

		cuerpo.
<p>Biomecánica aplicada a la actividad física deportiva</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objeto, tareas y contenido de la biomecánica.</li> <li>- Movimiento.</li> <li>- El cuerpo humano como sistema biomecánico.</li> <li>- Biodinámica de los músculos.</li> <li>- Biomecánica de las capacidades motrices.</li> <li>- Fundamentos teóricos de la metrología deportiva.</li> <li>- Conservación y variación de la posición del cuerpo.</li> <li>- Movimientos a través de planos y ejes imaginarios.</li> <li>- Movilidad humana.</li> </ul>	<p>Aplicación de la biomecánica en la actividad física.</p> <p>Relación de los tipos de fuerzas.</p> <p>Posición de cuerpo humano y localización del centro de gravedad.</p> <p>Clasificación de los principales movimientos del cuerpo humano.</p> <p>Relación de los diferentes tipos de palancas y su participación en los movimientos del cuerpo humano.</p>	<p>Perseverancia y actitud ordenada y metódica en la realización de las actividades de acondicionamiento ante las dificultades.</p> <p>Tenacidad en la consecución de los objetivos a través del propio esfuerzo.</p> <p>Espíritu de responsabilidad individual, esfuerzo personal e innovación en el ámbito de su labor como técnico deportivo.</p>
<p>Metodología de la enseñanza de los ejercicios clásicos y especiales</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diversificación de las etapas.</li> <li>- Ejercicios de musculación, autocarga, con implementos, con máquinas y con peso libre.</li> <li>- Flexibilidad y estiramiento antes y después de iniciar los ejercicios con mejoramiento del sistema cardiovascular.</li> <li>- Actividades cíclicas para la mejora cardiovascular estática y cardio.</li> <li>- Ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos, con máquinas y con aparatos.</li> <li>- Medios y métodos para el desarrollo de la fuerza utilizando ejercicios con pesas.</li> <li>- Evolución de las actividades de fuerza hasta los ejercicios con pesas.</li> <li>- Aplicaciones del entrenamiento con pesas.</li> <li>- Relación de la fuerza muscular con otras capacidades motrices y su influencia en el dominio de la técnica.</li> <li>- Relación entre la fuerza muscular y el peso corporal.</li> <li>- Clasificación de los ejercicios con pesas.</li> </ul>	<p>Ejecución de ejercicios de musculación, resistencia y flexibilidad.</p> <p>Demostración de la forma de ejecución de los diferentes ejercicios con pesa.</p> <p>Observación de las evoluciones de los participantes.</p> <p>Orientación de la carga con volumen e intensidad y control.</p> <p>Aplicación de métodos para el desarrollo de la fuerza.</p> <p>Clasificación de los diferentes tipos de fuerzas.</p>	<p>Autonomía dentro del trabajo en equipo para el desempeño de sus funciones.</p> <p>Actitud proactiva para mejorar resultados.</p> <p>Asertividad en el manejo de resolución de conflictos en el entorno de entrenamiento.</p> <p>Valoración de las condiciones de seguridad de las instalaciones, equipos y máquinas propios del entrenamiento deportivo.</p>

Principales medios para el desarrollo de la fuerza <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ventajas de los ejercicios con pesas.</li> <li>- Ejercicios con pesas más utilizados.</li> <li>- Criterios para determinar los pesos con que se entrena.</li> <li>- Métodos para el desarrollo de la fuerza con pesas.</li> <li>- La clase con pesas: frecuencia, duración y orden de los ejercicios.</li> <li>- Recomendaciones para el entrenamiento de los diferentes grupos de ejercicios.</li> <li>- Control y evaluación de la preparación con pesas.</li> <li>- Índices de la carga.</li> <li>- Acondicionamiento individual y nutrición.</li> </ul>	Aplicación de métodos para el desarrollo de la fuerza con pesas. Realización de ejercicios con barras, discos, mancuernas, soportes, bancos, entre otros. Realización de ejercicios con máquinas de entrenamiento cardiovascular: ejercicios con barras, discos, mancuernas, soportes, bancos, entre otros; ejercicios con máquinas de resistencias dinámicas variables y especiales; ejercicios con máquinas de entrenamiento cardiovascular: esteras rodantes, simuladores de subir escaleras, bicicletas estáticas, remos, simuladores de esquí y báscula, entre otros.	
---	--	--

#### **Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos y actividades de motivación al aprendizaje, relacionadas con las competencias que el o la estudiante pueda presentar en el tema de acondicionamiento físico individual o en grupo.
- Transmisión de conocimientos, a través de socialización, debates, actividades de descubrimientos de temas relacionados con el acondicionamiento físico individual o en grupo.
- Resolución de ejercicios y problemas, como: realizar un trabajo práctico para evaluar los resultados obtenidos por los participantes a través de pruebas físicas, basadas en los planes de entrenamiento.
- Utilización de material audiovisual (videos y presentaciones) y de enseñanza asistida por computador (entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje, uso de Internet, plataformas).
- Aprendizaje basado en proyectos para que los estudiantes lleven a cabo un proyecto en el que investiguen el acondicionamiento físico de los participante en una actividad deportiva, en donde muestren resultados obtenidos.
- Aprendizaje cooperativo con distribución de funciones, para fomentar el trabajo en equipo.
- Aprendizaje en situaciones reales de trabajo, mediante visitas a empresas o instituciones de actividades afines y en la formación en centros de trabajo que le sirvan para su desarrollo profesional.
- Aprendizaje mediante evaluación y coevaluación de lo aprendido para conducir a retroalimentaciones positivas con relación al módulo desarrollado de acondicionamiento físico individual o en grupo.

#### **MÓDULO 4: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO GRUPAL Y COREOGRAFÍAS**

Nivel: 3

Código: MF\_588\_3

Duración: 270 horas

Asociada a la Unidad de Competencia: UC\_588\_3 UC\_590\_3: Programar y desarrollar actividades de acondicionamiento físico grupal y coreografías.

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA4.1: Escoger los elementos que favorecen una correcta alineación corporal en la práctica del aeróbic, ritmos latinos y actividades afines, estableciendo, en su caso, los medios que permitan corregirla.	<p>CE4.1.1 Verificar los criterios de selección del calzado y de la indumentaria del aeróbic, tomando como referencia la modalidad y el estilo elegidos.</p> <p>CE4.1.2 Emplear las bases de una correcta alineación corporal en posiciones estáticas y en situaciones dinámicas específicas del aeróbic y las consecuencias patológicas de una ejecución incorrecta a corto y medio plazo.</p> <p>CE4.1.3 Identificar los apoyos correctos y la distribución del peso corporal y su importancia para la ejecución segura y adecuada de los elementos del aeróbic.</p> <p>CE4.1.4 Identificar los errores de alineación corporal estática y dinámica relacionados con el aeróbic y actividades afines.</p> <p>CE4.1.5 En situaciones prácticas distintas de ejecución de pasos o coreografías de aeróbic, ritmos latinos y actividades afines, describir y aplicar los principales recursos que pueden emplearse para corregir y prevenir posturas y ejecuciones erróneas debidas a una mala alineación corporal, así como las ayudas manuales y/o visuales, o la utilización de material diverso.</p>
RA4.2: Reproducir con corrección la técnica de los pasos básicos y avanzados del aeróbic, ritmos latinos y sus actividades afines, demostrando capacidad de combinación creativa y deducción de todas sus variantes para su aplicación en la elaboración de coreografías.	<p>CE4.2.1 Implementar diferentes acciones de desplazamiento y conducción.</p> <p>CE4.2.2 Demostrar la dificultad de cada uno de los pasos básicos del aeróbic, ritmos latinos y actividades afines; establecer estrategias para minimizarlas y diseñar, en su caso, las progresiones adecuadas para su aprendizaje.</p> <p>CE4.2.3 Identificar los factores de riesgo en la realización de los pasos básicos; y proponer las medidas correctoras necesarias para conseguir una ejecución segura de los mismos.</p> <p>CE4.2.4 Ejecutar con la técnica adecuada una batería de pasos básicos de aeróbic y de sus variantes y actividades afines más actuales y significativas.</p> <p>CE4.2.5 Determinar los errores de ejecución más frecuentes y sus causas; y especificar la forma de prevenirlos y, en su caso, de corregirlos.</p> <p>CE4.2.6 Determinar los criterios que deben seguirse para detectar los errores de ejecución de los pasos básicos y avanzados y los instrumentos y técnicas de observación que mejor permiten su comparación con el modelo de ejecución técnicamente correcto.</p> <p>CE4.2.7 Aplicar las adaptaciones que deben realizarse para ejecutar una misma secuencia de pasos básicos a distintas velocidades de la música sin que se desvirtúe la ejecución técnica correcta.</p> <p>CE4.2.8 Aplicar los recursos específicos del aeróbic para obtener de forma creativa las variantes que surgen de los pasos básicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Se modifica la orientación.</li> <li>- Se incluyen desplazamientos.</li> <li>- Se modifica el ritmo de ejecución.</li> <li>- Se incluyen movimientos de brazos.</li> <li>- Se introducen giros.</li> <li>- Se aplica cualquier otra variación.</li> </ul>

	<p>CE4.2.9 Aplicar las pautas de utilización del material y los aparatos que se emplean en aeróbic y actividades afines.</p> <p>CE3.2.10 Ejecutar e identificar posibles enlaces entre pasos básicos que proporcionen un recurso de aplicación para lograr una mayor fluidez en la elaboración de las composiciones coreográficas.</p>
<p>RA4.3: Analizar, reproducir y registrar de forma práctica distintas coreografías, tomando como referencia modelos concretos en soporte audiovisual o escrito, discriminando su estructura coreográfica y musical.</p>	<p>CE4.3.1 Identificar los parámetros que definen la estructura coreográfica y musical del aeróbic, ritmos latinos y actividades afines.</p> <p>CE4.3.2 En supuestos prácticos de análisis, reproducción y registro de coreografías, identificar:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de series que componen la coreografía.</li> <li>- Pasos básicos que se utilizan.</li> <li>- Variaciones de cada uno de ellos.</li> <li>- Movimiento de brazos de cada paso.</li> <li>- Enlaces entre pasos.</li> <li>- Pasos realizados a tiempo, a contratiempo, a doble tiempo o a medio tiempo.</li> <li>- Estilo que la caracteriza.</li> <li>- Parámetros que definen la dificultad coordinativa.</li> </ul> <p>CE4.3.3 Reproducir de forma práctica distintas coreografías:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Siguiendo a un(a) ejecutante que la realiza en tiempo real directamente o a través de un soporte audiovisual.</li> <li>- Después de interpretar un modelo que se encuentre registrado de forma gráfica y/o escrita.</li> </ul> <p>CE4.3.4 Demostrar memoria cinestésica reproduciendo composiciones coreográficas dadas según un modelo y ejecutándolas de forma autónoma.</p> <p>CE4.3.5 Utilizar técnicas específicas de representación gráfica y/o escrita para recoger y registrar pasos básicos y composiciones coreográficas demostrando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dominio de recursos específicos de escritura y dibujo que permiten transcribir pasos y composiciones coreográficas del aeróbic y sus actividades afines.</li> <li>- Claridad discriminadora en todos sus elementos por separado: paso básico, movimiento de brazos, giros, orientación y desplazamientos.</li> <li>- Adecuación al registro en soportes físicos de fácil consulta y utilización.</li> </ul> <p>CE4.3.6 Elaborar un catálogo de composiciones coreográficas recogidas de distintas fuentes y registradas en el soporte más adecuado.</p>
<p>RA4.4: Seleccionar la o las músicas más apropiadas a distintas composiciones coreográficas, identificando sus elementos estructurales y posibilidades de utilización.</p>	<p>CE4.4.1 En un supuesto práctico de selección musical y su coreografía, identificar los elementos estructurales de la música analizando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Velocidad medida en golpes musicales/minuto.</li> <li>- Compás.</li> <li>- Distribución de los acentos, localizando el beat y el master beat.</li> <li>- Estructura de la misma en frases y series musicales.</li> <li>- Presencia o ausencia de lagunas musicales.</li> <li>- Estilo musical.</li> </ul> <p>CE4.4.2 Identificar los parámetros rítmicos que permiten adaptar la ejecución y cadencia de modelos coreográficos concretos a músicas de estilos diversos.</p> <p>CE4.4.3 Ante distintas composiciones musicales concretas, analizar sus</p>



	<p>posibilidades de aplicación en el aeróbic y actividades afines.</p> <p>CE4.4.4 En distintos supuestos prácticos debidamente caracterizados, analizar las posibles variaciones que aparecen en una secuencia coreográfica cuando se modifican los elementos estructurales de la música: tiempo, doble tiempo o contratiempo.</p> <p>CE4.4.5 Seleccionar músicas que permitan adaptar la ejecución de series coreografiadas dadas a los objetivos de acondicionamiento, diferenciando aquellas variantes que precisen una segmentación clara o no de la música (aplicación de la música para su uso cerrado o abierto).</p>
<p>RA4.5: Diseñar coreografías y progresiones coreográficas típicas del aeróbic, ritmos latinos y actividades afines, para ser utilizadas en programas de acondicionamiento físico en grupo.</p>	<p>CE4.5.1 Identificar y proponer los recursos que faciliten el diseño de estructuras coreográficas creativas a partir de pasos y/o combinaciones básicas de los mismos.</p> <p>CE4.5.2 Identificar las capacidades condicionales más relacionadas con la salud y analizar la aplicación potencial de la ejecución de composiciones coreográficas típicas del aeróbic y actividades afines en la mejora de las mismas.</p> <p>CE4.5.3 Identificar las características que debe cumplir una composición coreográfica para su aplicación en las distintas partes de una sesión tipo: calentamiento, núcleo principal y vuelta a la calma.</p> <p>CE4.5.4 Diseñar coreografías que se adapten a determinados supuestos prácticos en los que se determine:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Número de series que deben componerla</li> <li>- Número de pasos básicos diferentes que deben tener.</li> <li>- Tipos de enlace.</li> <li>- Número de giros.</li> <li>- Cambios de orientación.</li> <li>- Requerimientos en cuanto a desplazamientos.</li> <li>- Estilo de música que se utilizará.</li> </ul> <p>CE4.5.5 Ante diversas tipologías de grupos de participantes perfectamente caracterizados por niveles básicos, elaborar composiciones coreográficas que respondan a objetivos tipo de los programas de acondicionamiento:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Buscando una motivación potencial intrínseca por la modalidad, estilo y músicas propuestas.</li> <li>- Identificando su dificultad coordinativa y proponiendo las estrategias metodológicas más adecuadas para su enseñanza.</li> <li>- Proponiendo el uso potencial de las mismas, ya sea en la mejora de la condición física como actividad de calentamiento o para la vuelta a la calma.</li> </ul> <p>CE4.5.6 Definir las modificaciones técnicas que se pueden establecer en una coreografía predeterminada para transformarla de un estilo a otro o para su adecuación en el uso de la misma tanto en el calentamiento como en el núcleo principal de la sesión como en la vuelta a la calma.</p>
<p>RA4.6: Elaborar programas de acondicionamiento físico para un entrenamiento grupal.</p>	<p>CE4.6.1 Analizar diferentes procedimientos y técnicas de programación y periodización del entrenamiento en grupo y con coreografías para mejora de la condición física.</p> <p>CE4.6.2 Describir el material, los aparatos, y los ejercicios a utilizar en los programas de acondicionamiento, en función de las características y necesidades de los participantes y de las capacidades por desarrollar.</p> <p>CE4.6.3 Clasificar los tipos de actividades de acondicionamiento en grupo</p>

	<p>aeróbicos, gimnasia suave y coreografía, fundamentando cada uno de ellos.</p> <p>CE4.6.4 Analizar los factores que hay que tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución de las distintas actividades.</p> <p>CE4.6.5 En un caso práctico en el que se identifique a un grupo de participantes, formular los objetivos operativos en función de sus características, intereses y necesidades, así como de los medios y tiempo disponibles.</p> <p>CE4.6.6 En un caso práctico en el que se especifiquen las expectativas y las características de los participantes que conforman el grupo, elaborar un programa de acondicionamiento físico especificando:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La variante de aeróbic o actividad afín.</li> <li>- El tipo de sesiones, describiendo las capacidades físicas que se pretenden desarrollar y la carga de entrenamiento a partir del volumen y la intensidad.</li> <li>- La estructura que tendrá cada sesión de entrenamiento, explicando las características de cada una de sus fases, precisando la secuencia: preparación previa-composición coreográfica principal-parte final.</li> <li>- Los pasos, movimientos y ejercicios de cada fase y su temporalización.</li> <li>- Las estrategias metodológicas de instrucción.</li> <li>- El material necesario.</li> <li>- Las posibles adaptaciones y/o modificaciones si fuesen necesarias en función de las características y las necesidades de los participantes, las actividades alternativas adecuadas a las posibilidades y limitaciones de los participantes con capacidades diferentes.</li> </ul>
--	---

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>El acondicionamiento físico en grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Diversificación de niveles.</li> <li>- Análisis de la tarea.</li> <li>- Medios y equipamiento de la sala de acondicionamiento físico en grupo.</li> <li>- Características de las salas de acondicionamiento físico en grupo.</li> </ul>	<p>Aplicación de la metodología y estrategias de instrucción.</p> <p>Proceso de instrucción-enseñanza y aprendizaje en las actividades musicales y rítmicas.</p> <p>Proceso de instrucción de las gimnasias suaves.</p>	<p>Participación y colaboración en el equipo de trabajo.</p> <p>Respeto por las normativas vigentes en las instalaciones.</p> <p>Valoración del orden y de la limpieza de materiales y aparatos de la sala.</p>
<p>La gimnasia aeróbica y su expresión en grupo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de gimnasia aeróbica.</li> <li>- Aspectos fundamentales para la composición de la coreografía en grupo.</li> <li>- Las composiciones gimnásticas.</li> <li>- Fundamentos de la composición gimnástica.</li> <li>- Voces de mando.</li> </ul>	<p>Metodología y aplicación de la música.</p> <p>Desarrollo de las capacidades condicionales a través de actividades de aeróbic y actividades afines</p> <p>Ejercicios de organización y control de los ejercicios físicos.</p> <p>Aplicación del aeróbic y actividades afines: resistencia muscular, resistencia cardiovascular, fuerza</p>	<p>Atención a la seguridad tanto personal como de los equipos y materiales utilizados en la gimnasia aeróbica y las coreografías.</p> <p>Perseverancia ante las dificultades.</p> <p>Respeto a los</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- La música en las clases de aeróbic.</li> <li>- El implemento en la composición gimnástica.</li> <li>- Efecto de las distintas modalidades y tendencias del aeróbico y actividades afines sobre la mejora de la condición física y la salud.</li> </ul>	<p>muscular, velocidad y flexibilidad.</p>	<p>procedimientos y normas de la sala, y a la gimnasia aeróbica.</p> <p>Espíritu de responsabilidad individual, esfuerzo personal e innovación en el ámbito de su labor como bachiller técnico deportivo.</p>
<p>Fundamentos e intervención metodológica en sesiones de instrucción de gimnasias suaves</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas, métodos y estilos aplicados a la enseñanza de yoga, pilates y Tai Chi Chuan.</li> <li>- Métodos y procedimientos de detección de necesidades.</li> <li>- Dirección y dinamización de grupos en sesiones de gimnasias suaves.</li> </ul>	<p>Ejecución de las técnicas de yoga, pilates y Tai Chi Chuam.</p> <p>Aplicación de los estiramientos.</p> <p>Ejercicios dinámicos.</p> <p>Aplicación de las posturas, contraposturas y compensaciones.</p> <p>Adaptaciones. Soportes.</p> <p>Aplicación de los ejercicios de relajación.</p> <p>Aplicación de la correcta respiración.</p> <p>Técnicas y ejercicios de concentración.</p> <p>Combinaciones de habilidades.</p> <p>Sistematización de los ejercicios, estructura, variantes y errores de ejecución del movimiento.</p> <p>Flexibilidad de los ejercicios especiales, estiramiento y movilidad articular, calisténicos y con aparatos.</p> <p>Actividades cíclicas y coordinativas para el mejoramiento cardiovascular</p>	<p>Comportamiento ético personal y de compromiso con los valores vinculados al juego limpio, el respeto a los demás y al respeto y cuidado del propio cuerpo.</p> <p>Interés por el conocimiento amplio de la metodología de enseñanza-aprendizaje, la organización y sus procesos.</p> <p>Participación y colaboración activa en el equipo de trabajo.</p> <p>Proactividad, creatividad y responsabilidad en la ejecución de procesos.</p> <p>Autonomía en la resolución de eventualidades.</p> <p>Cordialidad, amabilidad y actitud conciliadora y sensible a los demás.</p> <p>Eficacia en la comunicación con las personas adecuadas en cada momento.</p>
<p>Fundamentos de una coreografía</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Características o factores a considerar para la elaboración de una coreografía para las clases de gimnasia aeróbica.</li> <li>- Pasos coreográficos. Variaciones y combinaciones con los pasos básicos.</li> <li>- Uniones coreográficas.</li> <li>- Formas coreográficas.</li> <li>- Diseño de coreografías.</li> <li>- Características de una coreografía.</li> <li>- Orientación.</li> <li>- Desplazamientos y cambios de ritmo.</li> </ul>	<p>Metodología de la composición coreográfica.</p> <p>Medios y métodos para la enseñanza-aprendizaje de una composición coreográfica.</p> <p>Estrategias de enseñanza.</p> <p>Estrategias y técnicas para el diseño de una coreografía en las clases de gimnasia aeróbica.</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Movimientos de brazos. Estilos y modalidades.</li> </ul>		
<p>Alineación segmentaria en el aeróbic y actividades afines</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas.</li> <li>- Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos. Pautas para detectarlos.</li> <li>- Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios.</li> <li>- Contraindicaciones.</li> </ul>	<p>Aplicación de técnicas de alineación corporal.</p> <p>Identificación de los apoyos y la distribución del peso corporal.</p> <p>Identificación de los errores de alineación corporal estática y dinámica.</p> <p>Aplicación de los recursos utilizados para corregir y prevenir posturas.</p>	
<p>Música en el aeróbic, sus variantes y actividades afines.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estructura de la música.</li> <li>- Acentos o <i>beats</i> débiles y fuertes. Frases y series musicales.</li> <li>- Adaptaciones del ritmo natural.</li> <li>- Lagunas musicales.</li> <li>- Velocidad de la música en función del estilo y modalidad.</li> <li>- Parámetros que definen la estructura coreográfica y musical del aeróbic.</li> </ul>	<p>Aplicación de adaptaciones para secuencia de pasos básicos a distintas velocidades de la música.</p> <p>Identificación de posibles enlaces entre pasos básicos.</p> <p>Identificación de pasos básicos que se utilizan en los modelos coreográficos.</p> <p>Aplicación de la música para su uso cerrado o abierto.</p>	
<p>Pasos del aeróbic, sus variantes y actividades afines.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ejecución técnica</li> <li>- Aeróbic básico y avanzado.</li> <li>- <i>Step</i>. Ciclo <i>indoor</i>.</li> <li>- Ritmos latinos.</li> <li>- Actividades afines: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas.</li> <li>- Gestos técnicos derivados del entorno de la danza.</li> <li>- Gestos técnicos y movimientos derivados de las gimnasias suaves.</li> </ul> </li> </ul>	<p>Interpretación de modelo que se encuentre registrado de forma gráfica y/o escrita.</p> <p>Aplicación de técnicas coreográficas en todos sus elementos por separado.</p>	
<p>Composición de coreografías, estilos y modalidades</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variaciones y combinaciones con los pasos básicos:</li> <li>- Orientación.</li> </ul>	<p>Identificación de la ejecución de modelos coreográficos de estilos diversos.</p> <p>Aplicación de distintas composiciones musicales en el</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Desplazamientos.</li> <li>- Cambios de ritmo.</li> <li>- Movimientos de brazos.</li> <li>Estilos y modalidades.</li> <li>- Elementos coreográficos.</li> <li>- Enlaces entre elementos.</li> <li>- Opción simple.</li> <li>- Opción doble.</li> <li>- Opción múltiple por series o por frases.</li> <li>- Metodología de la composición coreográfica.</li> <li>- Estrategias de enseñanza.</li> </ul>	<p>aeróbic.</p> <p>Aplicación de la metodología para la composición coreográfica.</p>	
--	---	--

#### **Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos y actividades de motivación al aprendizaje, relacionadas con las competencias que el(la) joven pueda presentar en el tema de coreografías.
- Transmisión de conocimientos a través de socialización, debates, actividades de descubrimientos de temas relacionados con las coreografías.
- Resolución de ejercicios para ejercitar, ensayar y poner en práctica los conocimientos previos y los adquiridos.
- Utilización de material audiovisual —videos y presentaciones— y de enseñanza asistida por computador —entornos virtuales de enseñanza-aprendizaje, uso de Internet, plataformas—, relacionado con bailes y ritmos latinos.
- Realización de prácticas —en gimnasios y clubes deportivos— para la aplicación de procedimientos, técnicas, métodos o procedimientos vinculados a las competencias profesionales del módulo de coreografías.
- Aprendizaje cooperativo con distribución de funciones, para fomentar el trabajo en equipo.
- Aprendizaje en situaciones reales de trabajo, mediante visitas a hoteles, clubes deportivos, gimnasios o instituciones de actividades afines que, como centros de trabajo, sea útil para su desarrollo profesional.
- Aprendizaje mediante evaluación de lo aprendido para conducir a retroalimentaciones positivas en las que se pone de manifiesto lo aprendido en el módulo.

## **MODULOS COMUNES**

### **MÓDULO: OFIMÁTICA**

Nivel: 3

Código: MF\_002\_3

Duración: 135 horas

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA1: Comprobar el funcionamiento del equipo informático garantizando su operatividad, tomando en cuenta los procedimientos para facilitar el	<p>CE1.1 Describir el hardware del equipo informático indicando las funciones básicas.</p> <p>CE1.2 Explicar la diferencia entre software y hardware, tomando en cuenta las características de cada uno.</p> <p>CE1.3 Describir software, y distinguir entre software de sistema y software de aplicación.</p>

<p>buen funcionamiento del equipo.</p>	<p>CE1.4 Utilizar las aplicaciones fundamentales proporcionadas por el sistema operativo, y configurar las opciones básicas del entorno de trabajo.</p> <p>CE1.5 Distinguir los periféricos que forman parte del computador.</p> <p>CE1.6 Realizar correctamente las tareas de conexión/desconexión y utilizar correctamente los periféricos de uso frecuente.</p> <p>CE1.7 Distinguir las partes de la interfaz de sistema operativo, así como su utilidad.</p> <p>CE1.8 En un caso práctico, suficientemente caracterizado, para el cual se dispone de la documentación básica, manuales o archivos de ayuda correspondientes al sistema operativo y el software ya instalado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Poner en marcha el equipamiento informático disponible.</li> <li>- Mediante un examen del equipamiento informático, identificar, sus funciones, el sistema operativo y los componentes de ese sistema operativo.</li> </ul> <p>CE1.9 Identificar las herramientas de los programas antivirus y cortafuegos.</p> <p>CE1.10. Explicar la distinción de las diferentes barras pertenecientes al sistema operativo, con base en sus características.</p> <p>CE1.11 Ante un supuesto práctico, debidamente caracterizado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar las funciones del sistema operativo.</li> <li>- Manipular las herramientas del sistema operativo siguiendo como parámetro el uso correcto.</li> <li>- Realizar las diferentes configuraciones de los periféricos del equipo informático, atendiendo las características de sus funcionalidades.</li> </ul>
<p>RA2: Elaborar documentos de uso frecuente, utilizando aplicaciones informáticas de procesadores de textos y/o de autoedición, a fin de entregar la información requerida en los plazos y forma establecidos; tomar en cuenta la postura correcta.</p>	<p>CE2.1 Ante un supuesto práctico, debidamente caracterizado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizar los elementos y espacios de trabajo.</li> <li>- Mantener la posición corporal correcta.</li> <li>- Identificar la posición correcta de los dedos en las filas del teclado alfanumérico.</li> <li>- Precisar las funciones de puesta en marcha del terminal informático.</li> <li>- Emplear coordinadamente las líneas del teclado alfanumérico y las teclas de signos y puntuación.</li> <li>- Utilizar el método de escritura al tacto en párrafos de dificultad progresiva y en tablas sencillas.</li> <li>- Controlar la velocidad —mínimo 200 p.p.m.— y la precisión —una falta por minuto como máximo— con la ayuda de un programa informático.</li> <li>- Aplicar las normas de presentación de los distintos documentos de texto.</li> <li>- Localizar y corregir errores ortográficos.</li> </ul> <p>CE2.2 Identificar las prestaciones, procedimientos y asistentes de los procesadores de textos y de autoedición describiendo sus características y utilidades.</p> <p>CE2.3 Utilizar los asistentes y plantillas que contiene la aplicación; o, a partir de documentos en blanco, generar plantillas de documentos como informes, cartas, oficios, saludos, certificados, memorandos, autorizaciones, avisos, circulares, comunicados, notas interiores, solicitudes u otros.</p> <p>CE2.4 Explicar la importancia de los efectos que causan un color y un formato adecuados, a partir de distintos documentos y de los parámetros o</p>

	<p>manual de estilo de una organización tipo, así como en relación con criterios medioambientales definidos.</p> <p>CE2.5 Ante un supuesto práctico debidamente determinado, elaborar documentos usando las posibilidades que ofrece la herramienta ofimática de procesador de textos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar la aplicación y/o el entorno que permita y garantice la integración de textos, tablas, gráficos e imágenes.</li> <li>- Utilizar las funciones, procedimientos y asistentes necesarios para la elaboración de la documentación tipo requerida, así como, en su caso, los manuales de ayuda disponibles.</li> <li>- Recuperar la información almacenada y utilizada con anterioridad — siempre que sea posible, necesario y aconsejable—, con objeto de evitar errores de transcripción.</li> <li>- Corregir las posibles inexactitudes cometidas al introducir y manipular los datos con el sistema informático, comprobando el documento creado manualmente o con la ayuda de alguna prestación de la propia aplicación, como corrector ortográfico, buscar y reemplazar u otra.</li> <li>- Aplicar las utilidades de formato al texto, de acuerdo con las características del documento propuesto en cada caso.</li> <li>- Insertar objetos en el texto, en el lugar y forma adecuados, utilizando los asistentes o utilidades disponibles y logrando la agilidad de lectura.</li> </ul> <p>CE2.6 Añadir encabezados, pies de página, numeración, saltos u otros elementos de configuración de página en el lugar adecuado; y establecer las distinciones precisas en primera página, secciones u otras partes del documento.</p> <p>CE2.7 Ante un supuesto práctico, debidamente determinado, personalizar la herramienta del procesador de texto.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambiar las opciones de programa determinadas.</li> <li>- Personalizar la cinta de opciones.</li> <li>- Personalizar la barra de herramientas de acceso rápido.</li> <li>- Crear métodos abreviados personalizados del teclado.</li> <li>- Utilizar los diferentes cuadros de diálogos y las tareas de teclas de función.</li> </ul> <p>CE2.8 Utilizar las funciones, procedimientos y asistentes necesarios para la combinación de correspondencia.</p>
<p>RA3: Manipular elementos gráficos y aplicar combinación de correspondencia, tomando en cuenta la utilización de los procesadores de textos, siguiendo parámetros establecidos.</p>	<p>CE3.1 Utilizar la aplicación y/o el entorno que permita y garantice la integración de textos, tablas, gráficos e imágenes.</p> <p>CE3.2 Insertar y modificar imágenes en la aplicación de formato a documentos.</p> <p>CE3.3 En un caso práctico debidamente caracterizado, elaborar documentos, utilizando las siguientes herramientas.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cambiar el fondo a un documento e insertar bloques de creación.</li> <li>- Añadir texto con la herramienta de arte procesador.</li> <li>- Insertar y modificar gráficos de arte inteligente, además de crear diagramas con imágenes.</li> <li>- Manipular información existente en gráficos para ser utilizada en documentos.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Agregar marcas de agua en un documento.</li> <li>- Insertar símbolos y ecuaciones matemáticas en un texto.</li> <li>- Dibujar y modificar diferentes tipos de formas, insertarlos en un documento y agregar capturas de pantalla.</li> <li>- Reorganizar el esquema de un documento.</li> <li>- Organizar objetos en la página y utilizar tablas para controlar el diseño de la misma.</li> </ul> <p>CE3.4 Manipular los datos eficazmente para la combinación de correspondencia.</p> <p>CE3.5 Combinar un modelo de carta con su origen de datos, de manera que haga más fácil la tramitación y comunicación de documentos.</p> <p>CE3.6 Enviar mensajes personalizados de correo electrónico a múltiples destinatarios.</p> <p>CE3.4 Crear e imprimir etiquetas, que se utilizan en un documento para el envío de información.</p> <p>CE3.5 En un supuesto práctico debidamente caracterizado, realizar las siguientes prácticas con la ayuda de documentos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colaborar con otros autores en un documento.</li> <li>- Enviar documentos directamente desde el procesador de texto.</li> <li>- Añadir y revisar comentarios.</li> <li>- Controlar y gestionar cambios en el documento.</li> <li>- Comparar y combinar documentos.</li> <li>- Proteger documentos con contraseña.</li> </ul>
RA4: Crear documentos con el objetivo de utilizarlos en otras aplicaciones informáticas.	<p>CE4.1 Guardar archivos en formatos diferentes.</p> <p>CE4.2 Crear y modificar documentos Web, para utilizarlos en un documento.</p> <p>CE4.3 Crear y publicar entradas de blog, en la presentación de un texto.</p> <p>CE4.4 En un caso práctico, siguiendo parámetros establecidos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Agregar hipervínculos, en un documento.</li> <li>- Insertar campos en un texto.</li> <li>- Añadir marcadores y referencias cruzadas.</li> <li>- Crear y modificar tablas de contenidos para documentos largos.</li> <li>- Crear y modificar índices en documentos extensos.</li> <li>- Añadir fuentes y compilar bibliografías.</li> </ul>
RA5: Operar con hojas de cálculo con habilidad, utilizando las funciones habituales en las actividades que requieran tabulación y tratamiento aritmético-lógico y/o estadístico de datos e información, así como su presentación en gráficos.	<p>CE5.1 Identificar las prestaciones, procedimientos y asistentes de la hoja de cálculo, y describir sus características.</p> <p>CE5.2 Describir las características de protección y seguridad en hojas de cálculo, siguiendo parámetros establecidos.</p> <p>CE5.3 En casos prácticos de confección de documentación administrativa, científica y económica, a partir de medios y aplicaciones informáticas de reconocido valor en el ámbito empresarial:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Crear hojas de cálculo y agruparlas por el contenido de sus datos en libros convenientemente identificados, localizados y con el formato preciso para la utilización del documento.</li> <li>- Aplicar el formato preciso a los datos y celdas de acuerdo con el tipo de información que contienen, facilitando su tratamiento posterior.</li> <li>- Aplicar fórmulas y funciones sobre las celdas o rangos de celdas, nombrados o no, de acuerdo con los resultados buscados, com-</li> </ul>

	<p>probando su funcionamiento y el resultado que se prevé.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilizar títulos representativos, encabezados, pies de página y otros aspectos de configuración del documento en las hojas de cálculo, de acuerdo con las necesidades de la actividad que se va a desarrollar o al documento que se va a presentar.</li> <li>- Imprimir hojas de cálculo con la calidad, presentación de la información y copias requeridas.</li> </ul> <p>CE5.4 Elaborar plantillas con la hoja de cálculo, de acuerdo con la información facilitada.</p> <p>CE5.5 Elaborar gráficos estándar y/o dinámicos, a partir de rangos de celdas de la hoja de cálculo, optando por el tipo que permita la mejor comprensión de la información y de acuerdo con la actividad por desarrollar, a través de los asistentes disponibles en la aplicación.</p> <p>CE5.6 En un supuesto práctico debidamente caracterizado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Filtrar datos a partir de la tabla elaborada en la hoja de cálculo.</li> <li>- Aplicar los criterios de protección, seguridad y acceso a la hoja de cálculo.</li> <li>- Elaborar y ajustar diagramas en documentos y utilizar con eficacia todas aquellas prestaciones que permita la aplicación de la hoja de cálculo.</li> <li>- Importar y/o exportar datos a las aplicaciones de procesamiento de texto, bases de datos y presentaciones.</li> </ul> <p>CE5.7 Aplicar las funciones y utilidades de movimiento, copia o eliminación de ficheros que garanticen las normas de seguridad, integridad y confidencialidad de los datos.</p> <p>CE5.8 Utilizar los manuales o la ayuda disponible en la aplicación, en la resolución de incidencias o dudas planteadas.</p>
RA6: Operar con las herramientas de listas y filtros, siguiendo como parámetro las normas establecidas, tomando en cuenta la aplicación que se requiere.	<p>CE6.1 En un supuesto práctico debidamente caracterizado:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Activar el autofiltro.</li> <li>- Utilizar autofiltro para filtrar una lista.</li> <li>- Eliminar criterios del autofiltro.</li> <li>- Crear un autofiltro personalizado; desactivar el autofiltro.</li> </ul> <p>CE6.2 Manipular autofiltro para filtrar una lista.</p> <p>CE6.3 Utilizar datos externos de tablas y las opciones de estilo de tablas, a través de los asistentes disponibles en la aplicación.</p> <p>CE6.4 Manipular filtros avanzados y crear un rango de criterios. Utilizar rango de criterios de comparación, condición avanzada; y extraer registros filtrados, garantizando la calidad y seguridad de los datos.</p> <p>CE6.5 Utilizar los diferentes tipos de funciones, búsquedas y referencias matemáticas y trigonométricas.</p> <p>CE6.6 Crear y revisar las tablas y gráficos dinámicos siguiendo parámetros establecidos.</p>
RA7: Elaborar presentaciones de forma eficaz, utilizando aplicaciones informáticas e integrando objetos de distinta naturaleza, además de utilizar multimedia, tomando en	<p>CE7.1 Explicar la importancia de la presentación de un documento para la imagen que transmite la entidad, consiguiendo que la información se muestre de forma clara y persuasiva, a partir de distintas exposiciones de carácter profesional de organizaciones tipo.</p> <p>CE7.2 Advertir sobre la necesidad de guardar las presentaciones según los criterios de organización de archivos marcados por la empresa, facilitando el cumplimiento de las normas de seguridad, integridad y confidencialidad</p>

<p>consideración parámetros establecidos.</p>	<p>de los datos.</p> <p>CE7.3 Señalar la importancia que tiene la comprobación de los resultados y la subsanación de errores, antes de poner a disposición de las personas o entidades a quienes se destina la presentación, así como el respeto de los plazos previstos en la forma establecida de entrega.</p> <p>CE7.4 Identificar las prestaciones, procedimientos y asistentes de un programa de presentaciones gráficas; y describir sus características.</p> <p>CE7.5 En casos prácticos, debidamente caracterizados, en los que se requiere elaboración y presentación de documentación de acuerdo con unos estándares de calidad tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicar el formato más adecuado a cada tipo de información para su presentación final.</li> <li>- Utilizar los medios de presentación de la documentación más adecuados a cada caso —sobre el monitor, en red, con diapositivas, animada con ordenador y sistema de proyección, en papel, transparencia u otros soportes—.</li> <li>- Utilizar, de forma integrada y conveniente, gráficos, textos y otros objetos, consiguiendo una presentación correcta y adecuada a la naturaleza del documento.</li> </ul> <p>CE7.6 Utilizar los manuales o ayudas disponibles en la aplicación en la resolución de incidencias o dudas planteadas.</p> <p>CE7.7 A partir de información suficientemente caracterizada, y de acuerdo con unos parámetros facilitados para su presentación en soporte digital:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Insertar la información proporcionada en la presentación.</li> <li>- Animar los distintos objetos de la presentación de acuerdo con los parámetros facilitados y utilizando los asistentes disponibles.</li> <li>- Temporalizar la aparición de los distintos elementos y diapositivas de acuerdo con el tiempo asignado a cada uno de ellos, utilizando los asistentes disponibles.</li> <li>- Asegurar la calidad de la presentación, ensayando y corrigiendo los defectos detectados y proponiendo los elementos o parámetros de mejora.</li> <li>- Guardar las presentaciones en los formatos adecuados, preparadas para su fácil utilización y protegidas de modificaciones no deseadas.</li> </ul> <p>CE7.8 Insertar sonidos, videoclips, tablas y conectores, tomando en cuenta parámetros establecidos.</p> <p>CE7.9 Elaborar diferentes tipos de notas del orador; y agregar comentarios y animaciones de diapositivas y de objetos, de una manera eficaz.</p> <p>CE7.10 Utilizar transiciones y muestras personalizadas; crear videos y configurar presentaciones, de manera que puedan ser utilizados como medios de comunicación en las exposiciones.</p>
<p>RA8: Aplicar las herramientas de búsqueda, recuperación y organización de la información en el sistema y en la red —intranet o Internet— de</p>	<p>CE8.1 Distinguir entre un navegador y un buscador de red —Internet y/o intranet—, relacionando sus utilidades y características.</p> <p>CE8.2 Identificar los distintos riesgos y niveles de seguridad de un navegador de Internet describiendo sus características.</p> <p>CE8.3 Identificar los diferentes tipos de buscadores y metabuscadores, y comprobar sus ventajas e inconvenientes.</p>

<p>forma precisa y eficiente, atendiendo a las especificaciones técnicas recibidas.</p>	<p>CE8.4 Explicar las características básicas de la normativa vigente reguladora de los derechos de autor.</p> <p>CE8.5 Ante un supuesto práctico en el que se proporcionan las pautas para la organización de la información, y utilizando las herramientas de búsqueda del sistema operativo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar las utilidades disponibles en el sistema, adecuadas a cada operación que se va a realizar.</li> <li>- Crear los distintos archivos o carpetas de acuerdo con las indicaciones recibidas.</li> <li>- Nombrar o renombrar los archivos o carpetas según las indicaciones.</li> <li>- Crear los accesos directos necesarios a aquellas carpetas o archivos que serán de uso habitual según las indicaciones recibidas.</li> </ul> <p>CE8.6 Ante un supuesto práctico en el que se enumeren las necesidades de información de una organización o departamento tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar el tipo de información requerida en el supuesto práctico.</li> <li>- Identificar y localizar las fuentes de información —intranet o Internet— adecuadas al tipo de información requerida.</li> <li>- Realizar las búsquedas aplicando los criterios adecuados de restricción.</li> <li>- Obtener y recuperar la información de acuerdo con el objetivo de la misma.</li> <li>- Identificar, si fuera necesario, los derechos de autor de la información obtenida.</li> <li>- Registrar y guardar la información utilizada en los formatos y ubicaciones requeridos por el tipo y uso de la información.</li> <li>- Organizar las fuentes de información desde Internet para una rápida localización posterior y su reutilización en los soportes disponibles: favoritos, historial y vínculos.</li> <li>- Aplicar las funciones y utilidades de movimiento, copia o eliminación de la información, que garanticen las normas de seguridad, integridad y confidencialidad de los datos.</li> </ul>
<p>RA9: Utilizar aplicaciones de correo electrónico con el propósito de comunicarse de una manera eficaz, siguiendo procedimientos y normativa establecidos.</p>	<p>CE9.1 Identificar las prestaciones, procedimientos y asistentes de las aplicaciones de correo electrónico y de agendas electrónicas; y distinguir su utilidad en los procesos de recepción, emisión y registro de información.</p> <p>CE9.2 Explicar la importancia de respetar las normas de seguridad y protección de datos en la gestión del correo electrónico; y describir las consecuencias de la infección del sistema mediante virus, gusanos u otros elementos.</p> <p>CE9.3 Organizar y actualizar la libreta de contactos de correo y agenda electrónica mediante las utilidades de la aplicación y a partir de las direcciones de correo electrónico usadas en el aula.</p> <p>CE9.4 En un supuesto práctico, en el que se incluirán los procedimientos internos de emisión-recepción de correspondencia e información de una organización:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Abrir la aplicación de correo electrónico.</li> <li>- Identificar el o los emisores o emisoras y el contenido en la re-</li> </ul>

	<p>cepción de correspondencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Comprobar la entrega del mensaje en la recepción de correspondencia.</li> <li>- Insertar el o los destinatarios o destinatarias y el contenido, asegurando su identificación en la emisión de correspondencia.</li> <li>- Leer y/o redactar el mensaje de acuerdo con la información que se quiere transmitir.</li> <li>- Adjuntar los archivos requeridos de acuerdo con el procedimiento establecido por la aplicación de correo electrónico.</li> <li>- Distribuir la información a todos los implicados, asegurando la recepción de la misma.</li> </ul> <p>CE9.5 Ante un supuesto práctico, en el que se incluirán los procedimientos internos y normas de registro de correspondencia de una organización tipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Registrar la entrada y salida de toda la información, cumpliendo las normas y procedimientos que se proponen.</li> <li>- Utilizar las prestaciones de las diferentes opciones de carpeta que ofrece el correo electrónico.</li> <li>- Imprimir y archivar los mensajes de correo, de acuerdo con las normas facilitadas de economía y de impacto medioambiental.</li> <li>- Guardar la correspondencia de acuerdo con las instrucciones de clasificación recibidas.</li> <li>- Aplicar las funciones y utilidades de movimiento, copia o eliminación de la aplicación que garanticen las normas de seguridad, integridad y confidencialidad de los datos.</li> </ul> <p>CE9.6 Utilizar los manuales de ayuda, disponibles en la aplicación, en la resolución de incidencias o dudas planteadas.</p>
--	--

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Software</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sistemas de aplicación.</li> </ul> <p>Sistemas operativos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> <li>- Versiones.</li> <li>- Entorno.</li> <li>- Escritorio.</li> </ul> <p>Barra</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> </ul> <p>Ventanas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Componentes.</li> </ul> <p>Panel de control</p> <p>Accesorios del sistema operativo</p> <p>Recursos del sistema operativo</p> <p>Herramientas del sistema operativo</p> <p>Comandos del sistema operativo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Uso.</li> </ul>	<p>Utilización del entorno del sistema operativo.</p> <p>Utilización de barras de tareas.</p> <p>Manipulación de ventanas.</p> <p>Configuración los dispositivos del panel de control.</p> <p>Manipulación de los accesorios del sistema operativo.</p> <p>Utilización de las unidades de discos.</p> <p>Desfragmentación, reparación y realización de respaldo de disco.</p> <p>Manipulación de los comandos más comunes del sistema operativo.</p>	<p>Capacidad para trabajo individual y grupal.</p> <p>Actitud de colaboración.</p> <p>Higiene y limpieza en la entrega de los trabajos.</p> <p>Interés por atender las demandas de los usuarios referentes a la instalación/desinstalación de software.</p> <p>Valoración de la importancia de reflejar por escrito todas las incidencias, así como las soluciones aportadas.</p>
<p>Procesadores de palabras (textos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Versiones.</li> </ul>	<p>Creación y edición de documentos.</p> <p>Aplicación de formato de docu-</p>	<p>Valoración de la impor-</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilidades.</li> </ul> <p>Barra en procesadores de palabras (textos)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> <li>- Generalidades.</li> </ul> <p>Formato</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuente, estilo, tamaño.</li> <li>- Color.</li> <li>- Subrayado.</li> <li>- Párrafo</li> <li>- Márgenes</li> </ul> <p>Bordes y sombreados</p> <p>Numeración y viñetas</p> <p>Tabulaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> </ul> <p>Encabezados y pies de página</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Numeración de páginas.</li> <li>- Tipos.</li> </ul> <p>Bordes de página</p> <p>Columnas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> </ul> <p>Tablas</p> <p>Sobres y etiquetas</p> <p>Imágenes y autoformas</p> <p>Plantillas</p> <p>Fondo de un documento</p> <p>Bloques de creación</p> <p>Texto de WordArt</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elementos visuales</li> <li>- Marcas de agua</li> <li>- Símbolos y ecuaciones</li> </ul> <p>Documentos fuera del procesador</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Documentos Web</li> <li>- Entradas de blog</li> </ul> <p>Hipervínculos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campos</li> <li>- Marcadores</li> <li>- Referencias cruzadas</li> </ul> <p>Herramientas de referencia para documentos largos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabla de contenidos.</li> <li>- Índice.</li> <li>- Fuentes y bibliografía.</li> </ul>	<p>mentos.</p> <p>Creación de tablas, dibujos y objetos en un documento.</p> <p>Realización de combinación de documentos: carta modelo, lista de correspondencia, campos de combinación y ficha de datos.</p> <p>Creación de hipervínculos con documentos.</p> <p>Archivo de documentos en diferentes versiones.</p> <p>Realización de corrección de textos con las herramientas de ortografía y gramática, utilizando las diferentes posibilidades que ofrece la aplicación.</p> <p>Configuración de página en función del tipo de documento por desarrollar, utilizando las opciones de la aplicación.</p> <p>Visualización del resultado antes de la impresión.</p> <p>Impresión de documentos elaborados en distintos formatos de papel, y de soportes como sobres y etiquetas.</p> <p>Creación de sobres y etiquetas individuales, y para envío masivo.</p> <p>Inserción de imágenes y autoformas en el texto para mejorar el aspecto del mismo.</p> <p>Utilización de diferentes tipos de sangrías desde menú y desde la regla.</p> <p>Configuración de página: Márgenes, orientación de página, tamaño de papel, diseño de página, uso de la regla para cambiar márgenes.</p> <p>Creación de columnas con distintos estilos. Aplicación de columnas en distintos espacios dentro del documento.</p> <p>Inserción: de notas al pie y al final; de saltos de página y de sección; de columnas periodísticas.</p> <p>Inserción o creación de tablas en un documento</p> <p>Edición dentro de una tabla.</p> <p>Movimiento dentro de una tabla.</p>	<p>tancia social del software libre.</p> <p>Valoración de la importancia de una buena presentación.</p> <p>Apuesta clara por valores como la sostenibilidad y la ecología a la hora de utilizar los recursos.</p> <p>Valoración de la importancia de mantener las normas de seguridad, integridad y confidencialidad de los datos.</p> <p>Valoración del efecto negativo de un texto con errores.</p> <p>Organización de la agenda para incluir tareas, avisos y otras herramientas de planificación del trabajo.</p> <p>Interés en la adopción de medidas de prevención en el puesto de trabajo, evitando períodos demasiado largos ante el terminal y desarrollando periódicamente ejercicios de relajación.</p> <p>Interés por documentar con comentarios los procesos dificultosos. Claridad y simplificación en el proceso de establecimiento de fórmulas.</p> <p>Metodología adecuada a la hora de archivar la documentación.</p> <p>Respeto por el</p>
---	--	---

	<p>Selección de celdas, filas, columnas, tablas.</p> <p>Modificación el tamaño de filas y columnas.</p> <p>Modificación de los márgenes de las celdas.</p> <p>Aplicación de formato a una tabla: bordes, sombreado, autoformato.</p> <p>Realización de cambios en la estructura de una tabla: insertar, eliminar, combinar y dividir celdas, filas y columnas.</p> <p>Alineación vertical del texto de una celda; cambio de dirección del texto, conversión de texto en tabla y de tabla en texto, ordenamiento de una tabla, introducción de fórmulas y filas de encabezados.</p> <p>Aplicación de numeración automática de las páginas de un determinado documento. Eliminación de la numeración.</p> <p>Cambios de formato de numeración de páginas.</p> <p>Selección del idioma.</p> <p>Corrección: mientras se escribe; una vez se ha escrito, con menú contextual (botón derecho).</p> <p>Corrección gramatical (desde menú herramientas). Opciones de ortografía y gramática. Utilización del diccionario personalizado, autocorrección, sinónimos, traductor.</p> <p>Creación del documento modelo para envío masivo: cartas, sobres, etiquetas o mensajes de correo electrónico.</p> <p>Selección de destinatarios mediante creación o utilización de archivos de datos.</p> <p>Creación de sobres y etiquetas, opciones de configuración.</p> <p>Combinación de correspondencia: salida a documento, impresora o correo electrónico.</p> <p>Utilización de plantillas y asistentes del menú archivo nuevo.</p> <p>Creación, archivo y modificación de plantillas de documentos.</p>	<p>copywrigth de imágenes y vídeos usados en las presentaciones.</p> <p>Valoración de las licencias de programas similares.</p> <p>Valoración de la expresión oral en una presentación.</p> <p>Capacidad de trabajo en equipo.</p> <p>Sensibilidad para la consecución de un medio de recopilación no contaminado.</p> <p>Rechazo de las conductas que atenten contra la intimidad e integridad de cualquier persona.</p> <p>Valoración de las medidas de seguridad y confidencialidad en la custodia o envío de información</p>
--	---	--



	<p>Inserción de comentarios.</p> <p>Control de cambios de un documento.</p> <p>Comparación de documentos.</p> <p>Protección de todo o parte de un documento.</p>	
<p>Hojas de cálculo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Versiones.</li> <li>- Utilidades.</li> <li>- Tipos de datos.</li> </ul> <p>Fórmulas</p> <p>Funciones</p> <p>Gráficos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> </ul> <p>Imágenes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Autoformas.</li> <li>- Textos artísticos.</li> </ul> <p>Plantillas y macros</p> <p>Formato condicional</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regla de celdas.</li> <li>- Reglas superiores e inferiores.</li> <li>- Barra de datos.</li> <li>- Escalas de color.</li> <li>- Conjuntos de íconos.</li> <li>- Reglas.</li> </ul> <p>Validaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Validaciones de datos.</li> <li>- Criterios de validación.</li> <li>- Círculos de validación.</li> </ul> <p>Autofiltros</p> <p>Autorrelleno</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Listas de datos</li> <li>- Propiedades.</li> <li>- Herramientas.</li> <li>- Datos externos de tabla.</li> <li>- Estilo de tabla.</li> </ul> <p>Filtros avanzados</p> <p>Funciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Búsqueda y referencia</li> <li>- Matemáticas y trigonométricas.</li> <li>- -Bases de datos.</li> </ul> <p>Tablas dinámicas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Herramientas de tabla dinámica.</li> </ul> <p>Seguridad</p> <p>Macros</p>	<p>Utilización de los íconos de las diferentes barras.</p> <p>Creación de hojas de cálculo.</p> <p>Edición de hojas de cálculo.</p> <p>Aplicación de formato a hojas de cálculo.</p> <p>Selección de la hoja de cálculo.</p> <p>Edición del contenido de una celda.</p> <p>Borrado del contenido de una celda o rango de celdas.</p> <p>Uso del corrector ortográfico.</p> <p>Uso de las utilidades de búsqueda y reemplazo.</p> <p>Inserción y eliminación de hojas de cálculo.</p> <p>Utilización de fórmulas en hojas de cálculo.</p> <p>Creación de gráficos usando los datos.</p> <p>Utilización de tipos de funciones.</p> <p>Realización de filtros de datos.</p> <p>Creación de un nuevo libro.</p> <p>Manipulación para abrir un libro ya existente.</p> <p>Realización de archivo de cambios realizados en un libro.</p> <p>Creación de un duplicado de un libro.</p> <p>Realización de cierre de un libro.</p> <p>Utilización de macros.</p> <p>Inserción de comentarios.</p> <p>Control de cambios de la hoja de cálculo.</p> <p>Protección de una hoja de cálculo.</p> <p>Protección de un libro.</p> <p>Compartimiento de libros.</p> <p>Uso de plantillas.</p> <p>Realización de formato en la impresión de hojas de cálculo.</p> <p>Creación de tablas dinámicas.</p>	
<p>Hojas de presentaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Versiones.</li> </ul>	<p>Utilización de los íconos de las diferentes barras.</p>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Utilidades.</li> </ul> <p>Formato de párrafos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Alineación.</li> <li>- Listas numeradas.</li> <li>- Viñetas.</li> <li>- Estilos.</li> </ul> <p>Tablas</p> <p>Dibujos</p> <p>Imágenes prediseñadas</p> <p>Gráficos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos de gráficos.</li> <li>- Elementos de un gráfico.</li> </ul> <p>Diagramas</p> <p>WordArt o texto artístico</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formato de objetos.</li> <li>- Rellenos.</li> <li>- Líneas.</li> <li>- Efectos de sombra o 3D.</li> <li>- Sonidos.</li> <li>- Videoclips.</li> </ul>	<p>Elaboración de diapositivas.</p> <p>Realización de formatos de hojas de presentación.</p> <p>Adición de textos a hojas de presentación. Creación de dibujos.</p> <p>Utilización de plantillas de estilos.</p> <p>Combinación de colores, fondos de diapositivas, patrones.</p> <p>Impresión de diapositivas en diferentes soportes.</p> <p>Creación de organigramas y diferentes estilos de diagramas.</p> <p>Adición de objetos de dibujo, autoformas.</p> <p>Formatos de objetos de dibujo.</p> <p>Aplicación de animación a las diapositivas.</p> <p>Utilización de la galería multimedia: inclusión de sonidos, inserción de clips de vídeo, interacción e inserción de hipervínculos.</p>	
<p>Internet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Origen.</li> <li>- Evolución.</li> </ul> <p>Acceso a Internet</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proveedores.</li> <li>- Tipo.</li> <li>- Software.</li> </ul> <p>Normativa</p> <p>Niveles de seguridad</p> <p>Correo electrónico</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Términos.</li> </ul> <p>Transferencia de ficheros FTP</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Introducción.</li> <li>- Términos.</li> <li>- Relacionados.</li> </ul>	<p>Utilización de navegadores.</p> <p>Manipulación de los menús contextuales.</p> <p>Configuración del entorno de Internet.</p> <p>Utilización y configuración de correo electrónico como intercambio de información.</p> <p>Realización de transferencia de ficheros de FTP.</p>	

#### Estrategias Metodológicas:

- Detección de conocimientos, capacidades y competencias del estudiante sobre las herramientas ofimáticas.
- Explicación previa en relación con software y hardware en el funcionamiento y uso del computador.
- Realización de prácticas en grupos reducidos, conducidos por el docente, en la configuración de dispositivos internos y externos en los equipos de cómputos.
- Preparación de documentos, utilizando procesadores de textos, integrando otros elementos como gráficos de otras aplicaciones informáticas.
- Realización de un proyecto en el laboratorio de informática, operando con aplicación de hojas de cálculo, utilizando las diferentes barras, así como, la presentación de los datos de forma gráfica.
- Realización de proyecto manipulando las herramientas de listas y filtros utilizando los recursos de

las hojas de cálculo. En un tiempo determinado.

- Realización de prácticas de presentaciones, insertando multimedia, tomando parámetros establecidos.
- Utilización del internet como herramienta de trabajo, tanto para la operacionalización efectiva como para la comunicación eficaz.
- Retroalimentación positiva en cada sección de clase.

## MÓDULO: EMPRENDIMIENTO

Nivel: 3

Código: MF\_004\_3

Duración: 120 horas

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA1: Analizar las capacidades relacionadas con la iniciativa emprendedora, tomando en cuenta los requerimientos derivados del mundo laboral y de las actividades empresariales.	<p>CE1.1 Identificar los factores necesarios para desarrollar una actividad empresarial.</p> <p>CE1.2 Explicar las principales habilidades humanas, sociales, técnicas y directivas que debe tener el perfil de emprendedor o emprendedora.</p> <p>CE1.3 Analizar la cultura emprendedora como alternativa de creación de empleo y bienestar social.</p> <p>CE1.4 Relacionar la importancia de la iniciativa, la creatividad y la buena actitud en el desempeño laboral o empresarial.</p> <p>CE1.5 Valorar la actitud positiva ante el riesgo de un emprendimiento.</p> <p>CE1.6 Explicar las variables de un pequeño negocio o microempresa exitoso.</p> <p>CE1.7 A partir de un supuesto práctico, en el que se necesita representar el futuro en diferentes ámbitos de la vida productiva:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar cualidades y habilidades emprendedoras propias.</li> <li>- Relacionar las ventajas y desventajas de ser empleado(a) y ser empresario(a).</li> <li>- Trazar un plan de vida, revelando creatividad, iniciativa y espíritu emprendedor al valorar sus aspiraciones futuras en la búsqueda de empleo o en el autoempleo.</li> <li>- Explicar los factores que contribuyen a favorecer la iniciativa emprendedora de los y las jóvenes.</li> <li>- Analizar las perspectivas futuras del sector productivo referente a micro y pequeña empresa.</li> <li>- Puntualizar las condiciones que requiere la implementación de un pequeño negocio o microempresa.</li> </ul>
RA2: Determinar una idea de negocio y su viabilidad, la cual servirá como punto de apoyo para el plan de empresa, y evaluar el impacto sobre el entorno de actuación, a partir de valores éticos.	<p>CE2.1 Explicar cómo surgen las ideas de negocio.</p> <p>CE2.2 Reconocer ideas innovadoras de iniciativas empresariales de pequeño negocio o microempresa en el entorno profesional y socio productivo.</p> <p>CE2.3 Indicar técnicas para la selección de ideas de negocio.</p> <p>CE2.4 Explicar la responsabilidad social de la empresa y su importancia como estrategia de negocio.</p> <p>CE2.5 En un supuesto práctico, donde se implementa una idea viable de negocio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aplicar técnicas para seleccionar la idea del negocio.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Definir la viabilidad de la idea.</li> <li>- Detallar las características de la idea del negocio, sus expectativas, actividad económica, producto o servicio, costo de operaciones, objetivos, valores, visión y misión.</li> <li>- Investigar información básica de mercado: el producto o servicio, precio, promoción, plaza, clientes, competencia, proveedores, entorno.</li> <li>- Reconocer instituciones que apoyan el desarrollo de emprendimientos.</li> <li>- Clasificar los recursos básicos de inversión inicial que se entiendan necesarios para la implantación de la idea, así como las fuentes de financiamiento más convenientes, a partir de los cálculos e información disponible.</li> <li>- Ordenar la información y presentarla mediante el uso de las aplicaciones informáticas.</li> <li>- Escoger el formato de plan de empresa e incluir datos recogidos.</li> </ul>
RA3: Realizar el plan de mercadeo que impulse los objetivos comerciales y el desarrollo óptimo del pequeño negocio o microempresa.	<p>CE3.1 Explicar los fundamentos del <i>marketing</i>.</p> <p>CE3.2 Reconocer la importancia de la estrategia de marketing.</p> <p>CE3.3 Relacionar los elementos del mercado.</p> <p>CE3.4 En un caso práctico en el que se necesita precisar la estrategia de comercialización del pequeño negocio o microempresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elegir la estructura del plan de marketing.</li> <li>- Definir objetivos, misión y visión del plan.</li> <li>- Describir de manera detallada el producto o servicio a comercializar.</li> <li>- Identificar los posibles clientes a quien va dirigido el producto y/o servicio.</li> <li>- Identificar los proveedores.</li> <li>- Indagar sobre los competidores, sus fortalezas y debilidades.</li> <li>- Expresar las ventajas competitivas, fortalezas y debilidades del pequeño negocio.</li> <li>- Establecer estrategias de marketing para: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Presentación el producto y/o servicio ofertado.</li> <li>○ Fijación de precios.</li> <li>○ Fidelización de clientes.</li> <li>○ Comunicación que especifique los canales de distribución del producto y/o servicio (cómo, cuándo, en qué tiempo y condiciones).</li> <li>○ Organizar la información y colocarla en el plan de la empresa.</li> </ul> </li> </ul>
RA4: Determinar la estructura de organización del pequeño negocio o microempresa, de acuerdo con los objetivos planteados.	<p>CE4.1 Explicar los diferentes aspectos de la estructura organizativa de un pequeño negocio o microempresa: organigrama, manual de funciones, descripción de puestos, controles internos.</p> <p>CE4.2 Definir el proceso de selección y contratación de personal.</p> <p>CE4.3 Indicar las obligaciones laborales según la legislación vigente.</p> <p>CE4.4 En un supuesto práctico debidamente orientado a las decisiones de organización del pequeño negocio o microempresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Determinar la estructura organizativa, fijando las áreas funcionales y actividades que se derivan de cada puesto, conforme a los objetivos previstos.</li> <li>- Representar la estructura en el organigrama, y enumerar la cantidad de personal en cada departamento.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Especificar los recursos humanos necesarios, según la estructura organizativa y las funciones por desarrollar en cada puesto.</li> <li>- Determinar la forma de contratación de personal más idónea en función de los objetivos previstos y optimización de recursos.</li> <li>- Especificar la logística de compra, ventas y atención al cliente.</li> <li>- Definir las políticas de higiene, calidad y seguridad que se van a implementar en función del producto o servicio que se ofrece.</li> <li>- Idear la ubicación y el espacio físico adecuados a los objetivos y al presupuesto disponible.</li> <li>- Definir la logística necesaria para el alquiler de espacio físico.</li> <li>- Establecer la distribución del espacio físico conforme al tipo y naturaleza del negocio.</li> <li>- Detallar el estilo de decoración del local, utilizando los elementos de lugar, según la idea y los recursos disponibles para generar ambiente agradable y crear identidad institucional.</li> <li>- Realizar la documentación de los procesos realizados e incluir en el plan de empresa.</li> </ul>
RA5: Realizar actividades de gestión administrativa y financiera, básicas para poner en marcha un pequeño negocio o microempresa, delimitando las principales obligaciones laborales, contables y fiscales, de acuerdo con la legislación vigente.	<p>CE5.1 Identificar las obligaciones laborales, contables, fiscales y los impuestos que se derivan de la actividad empresarial.</p> <p>CE5.2 Reconocer la legislación mercantil que regula los documentos de pago y los requisitos que debe cumplir la documentación e impresos (cheques, pagarés, etc.) en las operaciones mercantiles.</p> <p>CE5.3 Relacionar conceptos básicos de contabilidad, técnicas de registro de la información contable y elementos patrimoniales necesarios para el desarrollo de la actividad de pequeños negocios o microempresas.</p> <p>CE5.4 Precisar las diferencias entre inversión, gasto y pago, y entre ingreso y cobro.</p> <p>CE5.5 Identificar las fuentes y formas más habituales de financiamiento.</p> <p>CE5.6 Explicar el costo de inversión y de producción en la planificación económica para inicio del pequeño negocio.</p> <p>CE5.7 En un supuesto práctico en el que se pretende definir el proceso de gestión administrativa y financiera de un pequeño negocio o microempresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparar un archivo documental y guardar todo documento (entradas y salidas), aplicando técnicas de archivo y organización de documentos.</li> <li>- Decidir el medio de pago que se va a utilizar, según la legislación vigente.</li> <li>- Aplicar los procedimientos para tramitar la solicitud de un préstamo.</li> <li>- Identificar el proceso de gestión para el registro de altas y bajas laborales de empleados(as) en la Tesorería de la Seguridad Social y en el Ministerio de Trabajo.</li> <li>- Utilizar correctamente formularios para liquidaciones sencillas de impuestos, aplicando la legislación vigente.</li> <li>- Elaborar la documentación e incluir en el plan de empresas.</li> </ul> <p>CE5.8 A partir de un supuesto práctico, en el que se pretende caracterizar la planificación económico-financiera del pequeño negocio o microempresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar las necesidades básicas de pre inversión e inversión inicial de operaciones, especificando las fuentes de financiamiento.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer la composición del patrimonio inicial.</li> <li>- Determinar el costo de producción.</li> <li>- Plantear el formato adecuado para los documentos básicos comerciales y contables —pedidos, recibos y facturas, libro diario, libro de banco, libro de inventario—, especificando el flujo de procesos de dicha documentación; y realizar las cotizaciones correspondientes para su impresión.</li> <li>- Preparar el presupuesto especificando el flujo de ingresos y gastos mensuales, ventas, beneficios o resultados y balance general.</li> <li>- Realizar la documentación e incluir en el plan de empresa.</li> </ul>
RA6: Precisar los procedimientos para la constitución legal del pequeño negocio o microempresa, de acuerdo con la legislación vigente.	<p>CE6.1 Definir las distintas formas de incursionar en la actividad empresarial.</p> <p>CE6.2 Relacionar las diferentes formas jurídicas de la empresa; e identificar, en cada caso, el grado de responsabilidad, ventajas, desventajas y los requisitos legales para su constitución.</p> <p>CE6.3 Puntualizar los trámites exigidos por la legislación vigente para la constitución y establecimiento de un pequeño negocio o microempresa, especificando los documentos requeridos, los organismos en los que se tramitan, el costo, la forma y el plazo requeridos.</p> <p>CE6.4 A partir de un supuesto práctico en el que se requiere la constitución legal del pequeño negocio o microempresa de acuerdo con la legislación vigente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Describir la actividad económica y objetivos de la empresa.</li> <li>- Decidir el nombre comercial y la forma jurídica conforme a la naturaleza del negocio y objetivos.</li> <li>- Identificar las vías de asesoría externa existente.</li> <li>- Determinar la imagen corporativa.</li> <li>- Redactar correctamente los documentos constitutivos requeridos: estatutos, acta de asamblea, determinación de aportes, lista de suscriptores, etc.</li> <li>- Esquematizar detalladamente el proceso de trámites legales para la constitución, especificando costo, duración de cada uno e institución responsable.</li> <li>- Establecer las obligaciones contables, detallando la información requerida, la vía, el plazo y las instituciones competentes para formalizarlo.</li> <li>- Realizar la documentación de los procesos realizados e incluir en plan de empresa.</li> </ul>
RA7: Presentar el proyecto utilizando eficazmente las competencias, técnicas y personales, adquiridas durante la realización del proyecto de aprendizaje en el módulo formativo.	<p>CE7.1 Formalizar el documento memoria del proyecto.</p> <p>CE7.2 Preparar una presentación del mismo en una feria, con el uso de medios tecnológicos.</p> <p>CE7.3 Exponer el proyecto, destacando sus objetivos y principales contenidos, y justificando la elección de las diferentes propuestas de acción contenidas en el mismo.</p> <p>CE7.4 Utilizar un estilo de comunicación adecuado en la exposición, haciendo que esta sea organizada, clara, amena y eficaz.</p> <p>CE7.5 Realizar la defensa adecuada del proyecto durante la exposición, respondiendo razonadamente a posibles preguntas relativas al mismo, planteadas por el equipo evaluador.</p>

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>Iniciativa emprendedora</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Cultura emprendedora y empleo.</li> <li>- Generalidades. Importancia.</li> <li>- Perspectivas futuras.</li> <li>- Cultura emprendedora como necesidad social.</li> </ul> <p>Emprendedor(a)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos. Cualidades.</li> <li>- Factores estimulantes.</li> <li>- Perfil.</li> <li>- Colaboración entre emprendedores y emprendedoras.</li> </ul> <p>Emprendimiento</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> <li>- Importancia.</li> <li>- ¿Cómo nace un emprendimiento?</li> <li>- El éxito de un emprendimiento.</li> <li>- Ventajas y desventajas.</li> <li>- Emprendimiento e innovación.</li> <li>- Riesgo y emprendimiento.</li> </ul> <p>Empresario(a)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> <li>- Ventajas y desventajas.</li> <li>- Función.</li> <li>- Cualidades.</li> <li>- Actuación de emprendedores(as) como empleados(as) de una empresa.</li> </ul> <p>Factores para tomar en cuenta al emprender</p>	<p>Relación cultura emprendedora y empleo.</p> <p>Identificación de las cualidades, perfil y factores estimulantes del espíritu emprendedor.</p> <p>Análisis del alcance personal, familiar y social de los emprendimientos.</p> <p>Análisis de las perspectivas futuras de los emprendimientos en la Rep. Dom. Definición del plan de vida.</p> <p>Evaluación del riesgo en la actividad emprendedora.</p> <p>Análisis de los factores clave del éxito de un emprendimiento.</p> <p>Análisis de los principales aportes de la innovación en la actividad del sector relacionado con el título: materiales, tecnología, organización del proceso, etc.</p>	<p>Valoración del carácter emprendedor y la ética del emprendimiento.</p> <p>Valoración de la iniciativa, creatividad y responsabilidad como motores del emprendimiento.</p> <p>Valoración de la actitud emprendedora y la ética en la actividad productiva.</p> <p>Disposición al trabajo en equipo.</p> <p>Reconocimiento y valoración social de la empresa.</p> <p>Valoración de la ética empresarial.</p> <p>Rigor en la evaluación de la viabilidad técnica y económica del proyecto.</p> <p>Disposición a la sociabilidad y el trabajo en equipo.</p> <p>Respeto a las normas y procedimientos.</p> <p>Valoración de la ética en el manejo de la información.</p>
<p>Ideas empresariales, el entorno y su desarrollo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto de idea de negocio.</li> <li>- Fuentes.</li> <li>- Características de una buena idea de negocio.</li> <li>- La idea de negocio en el ámbito del perfil profesional.</li> <li>- La idea de negocio en el ámbito del entorno social y familiar.</li> <li>- Técnicas para la selección de ideas de negocio.</li> </ul> <p>Oportunidades de negocio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fuentes.</li> <li>- Criterios de selección.</li> </ul>	<p>Identificación de ideas de negocio en la actividad económica asociada:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- A la familia profesional del título.</li> <li>- Al ámbito local.</li> </ul> <p>Aplicación de herramientas para la determinación de la idea de negocio.</p> <p>Búsqueda de datos de empresas del sector por medio de Internet.</p> <p>Identificación de fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades de la idea seleccionada.</p>	<p>Pensamiento analítico y crítico en la interpretación de los datos obtenidos.</p> <p>Autoconfianza en la realización del trabajo de campo.</p> <p>Creatividad y autoconfianza en la presentación del plan.</p> <p>Valoración de la formalidad en la organización.</p> <p>Respeto por la igualdad de género.</p>



<ul style="list-style-type: none"> <li>- La innovación como fuente de oportunidad.</li> </ul> <p>La empresa y su entorno</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concepto jurídico y económico</li> <li>- Tipos. Clasificación.</li> <li>- Áreas funcionales.</li> <li>- Responsabilidad social empresarial.</li> <li>- El entorno.</li> </ul> <p>Viabilidad de idea de negocio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia.</li> <li>- Criterios.</li> <li>- Aspectos fundamentales.</li> </ul> <p>Análisis FODA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia.</li> </ul> <p>El plan de empresa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Importancia.</li> <li>- Aspectos relevantes.</li> <li>- Recomendaciones básicas para escribir y presentar un buen plan de empresa.</li> </ul>	<p>da.</p> <p>Realización de ejercicios de innovación sobre la idea determinada.</p> <p>Realización del estudio de viabilidad de la idea de negocio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selección de fuentes de información.</li> <li>- Diseño de formatos para la recolección de datos.</li> </ul> <p>Definición de la estructura del estudio.</p> <p>Interpretación de la información recogida en el estudio de mercado y definición del modelo de negocio que se va a desarrollar.</p> <p>Identificación de instituciones que apoyan el desarrollo de emprendimientos.</p> <p>Identificación de los recursos básicos de inversión inicial necesarios para la implantación de la idea, así como las fuentes de financiamiento más convenientes.</p> <p>Presentación del plan de viabilidad utilizando herramientas ofimáticas.</p> <p>Diseño del formato para el plan de empresa.</p> <p>Establecimiento del modelo de negocio partiendo de las conclusiones del estudio de mercado.</p> <p>Iniciar la redacción del plan de empresa, definiendo los datos generales: actividad, ubicación, misión, visión, objetivos, valores.</p>	<p>Valoración de las disposiciones legales en relación a las políticas de personal.</p> <p>Objetivo, en la toma de decisiones administrativas.</p> <p>Orientado a resultados</p> <p>Valoración de la organización y orden en relación con la documentación administrativa generada.</p> <p>Respeto por el cumplimiento de los trámites administrativos y legales.</p> <p>Valoración de la responsabilidad social y la ética empresarial.</p> <p>Valoración de la asociatividad para el desarrollo de la empresa.</p> <p>Respeto por el cumplimiento de los trámites administrativos y legales.</p> <p>Seguridad en sí mismo(a) en el contacto con la audiencia.</p> <p>Valoración por la organización y limpieza del entorno.</p> <p>Creatividad máxima en la organización de los espacios para la feria.</p> <p>Dinámico y extrovertido en su afán por convencer sobre el proyecto en la celebración de la feria.</p>
<p>Plan de comercialización</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Investigación de mercados. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Objetivos.</li> <li>• Importancia.</li> <li>• Fases.</li> <li>• El mercadeo y la competencia.</li> <li>• Clasificación del mercado.</li> <li>• El consumidor.</li> </ul> </li> </ul> <p>El mercadeo y las ventas</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El producto.</li> </ul>	<p>Diseñar el esquema del estudio de mercado.</p> <p>Determinación y aplicación de las estrategias de comercialización del pequeño negocio o microempresa:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Definición de misión, visión y objetivos de la estrategia.</li> <li>- Definición detallada del producto o servicio.</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Características</li> <li>- Ciclo de vida</li> </ul> <p>Publicidad</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estrategia comercial</li> <li>- Políticas de ventas.</li> </ul> <p>El plan de marketing</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funciones.</li> <li>- Importancia.</li> <li>- Elementos.</li> </ul>	<p>Identificación de los posibles clientes, los proveedores, la competencia.</p> <p>Definición de políticas de precio y distribución.</p> <p>Estrategias de publicidad.</p> <p>Identificación de fortalezas, debilidades, amenazas y oportunidades.</p> <p>Determinación del costo de la estrategia comercial.</p> <p>Determinación del valor agregado e innovación que se debe incluir en el modelo de negocio.</p> <p>Diseño del catálogo de productos.</p> <p>Presentación del plan.</p>	
<p>Aspectos organizacionales</p> <p>La organización.</p> <p>Estructura.</p> <p>Políticas.</p> <p>El personal</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funciones.</li> <li>- Selección.</li> <li>- Perfiles de puestos.</li> <li>- Políticas de incentivo y motivación.</li> <li>- Aspectos legales en la contratación de personal.</li> </ul>	<p>Decisiones organizacionales:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Imagen corporativa: nombre comercial, logo, marca, eslogan.</li> <li>- Diseño de estructura organizativa.</li> <li>- Descripción de puestos y manual de funciones.</li> <li>- Determinación de la forma de selección del personal.</li> <li>- Políticas organizacionales.</li> <li>- Delimitación del espacio físico, determinación de la ubicación, fachada, ambiente y decoración, equipamiento y mobiliario necesario para el emprendimiento.</li> </ul>	
<p>Gestión administrativa y financiera</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Documentación administrativa.</li> <li>- Servicios bancarios para PYMES.</li> <li>- Cuentas corrientes.</li> <li>- Liquidación de ITBIS.</li> <li>- Logística de compraventa y alquiler de bienes inmuebles.</li> <li>- Contabilidad y libros de registros.</li> <li>- Obligaciones fiscales.</li> <li>- Impuestos que afectan la actividad de la empresa.</li> <li>- Calendario fiscal.</li> <li>- Liquidaciones de impuestos.</li> </ul>	<p>Preparación de archivo documental.</p> <p>Gestión de servicios bancarios.</p> <p>Proceso de liquidación de impuestos.</p> <p>Definición de logística de compra y venta.</p> <p>Análisis del patrimonio inicial del pequeño negocio o microempresa.</p> <p>Distribución de la inversión.</p> <p>Gestión del financiamiento.</p> <p>Realizar cotizaciones de los activos, de materia prima y/o pro-</p>	

<p>Gestión financiera</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fundamentos contables.</li> <li>- El patrimonio.</li> <li>- Cuentas de balances y de resultados</li> <li>- Fuentes de financiamiento.</li> <li>- Préstamos bancarios a corto y largo plazo.</li> <li>- El <i>leasing</i>.</li> <li>- El <i>factoring</i>.</li> <li>- Ayudas y subvenciones a las PY-MES.</li> </ul> <p>El costo del producto o servicio</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tipos.</li> <li>- Clasificación.</li> </ul> <p>Planificación financiera</p> <p>La inversión</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gasto de pre inversión.</li> <li>- Inversión inicial.</li> <li>- Gasto de operaciones.</li> </ul> <p>Proyecciones financieras</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Finalidades.</li> <li>- Aspectos fundamentales.</li> <li>- Tipos.</li> </ul>	<p>ductos.</p> <p>Estimación del costo.</p> <p>Análisis básico de viabilidad económico-financiera</p> <p>Proyección de ventas</p> <p>Proyección del flujo ingresos y egresos</p> <p>Proyección del Estado de Resultados y Balance General.</p> <p>Identificación de gastos y utilidades conforme a las proyecciones económicas.</p>	
<p>Constitución de pequeño negocio o microempresa en R.D.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Requisitos para el ejercicio de la actividad empresarial.</li> <li>- Importancia y ventajas.</li> <li>- Formas jurídicas.</li> <li>- Tipos y requisitos.</li> <li>- Lo que se debe saber antes de constituir la empresa.</li> <li>- Documentos constitutivos.</li> <li>- Trámites oficiales.</li> <li>- Licencias y permisos.</li> <li>- Instituciones facultadas.</li> <li>- La asesoría y capacitación continua.</li> <li>- Importancia.</li> <li>- Áreas importantes de capacitación.</li> </ul>	<p>Elección de la forma jurídica.</p> <p>Proceso de gestión de la constitución y puesta en marcha del pequeño negocio.</p> <p>Trámites oficiales y documentos constitutivos de un pequeño negocio o microempresa:</p> <p>Elaboración de documentos: estatutos, registro mercantil, asamblea constitutiva, acta de asamblea, certificados de aportes u otros.</p> <p>Registro de nombre e imagen corporativa.</p> <p>Solicitud de licencias y permisos.</p> <p>Pago de impuestos.</p>	
<p>Técnicas para la presentación de un plan de empresa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La dicción.</li> <li>- El lenguaje corporal.</li> <li>- La empatía.</li> </ul>	<p>Preparación de la presentación mediante técnica expositiva.</p> <p>Ejecución de la exposición.</p> <p>Montaje y realización de feria.</p>	

**Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos, capacidades y competencias sobre la actividad empresarial y la cultura emprendedora.
- Explicaciones del(de la) docente relacionadas con la iniciativa emprendedora y los fundamentos del marketing orientado a pequeños negocios o microempresas.
- Realización de debates, lluvia de ideas, mesas redondas y actividades de análisis sobre factores claves del éxito empresarial y la organización de un pequeño negocio o micro empresa.
- Utilización de internet como herramienta de comunicación y para la búsqueda de información, y realización de cine foro con videos de motivación y crecimiento personal.
- Estudio de caso, mediante el análisis de un hecho relacionado con los factores claves del éxito o el fracaso empresarial, reflexionando y planteando posibles alternativas de soluciones.
- Organización de grupos de trabajo, para el desarrollo de actividades en las que los alumnos trabajan en equipo y todos son responsables de un rol o una actividad para lograr determinados resultados comunes.
- Realización de visitas guiadas, tanto a instituciones relacionadas con los trámites legales para la creación de empresas para conocer los procedimientos y requisitos establecidos, así como visitas a ferias profesionales e intercambio de experiencias con otros politécnicos.
- Realización y exposición de un proyecto de emprendimiento en un tiempo determinado, incluyendo las etapas de planificación y realización de una serie de actividades e integrando los elementos del plan de empresa, a partir de la aplicación de los aprendizajes adquiridos.
- Retroalimentación positiva en cada sección de clase, en la que se evalúa el aprendizaje de los estudiantes.

**MÓDULO: FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL**

Nivel: 3

Código: MF\_006\_3

Duración: 90 horas

Resultados de Aprendizaje	Criterios de Evaluación
RA1: Ejercer los derechos y cumplir las obligaciones que se derivan de las relaciones laborales, reconociéndolas en los diferentes contratos de trabajo.	CE1.1 Identificar los conceptos básicos del derecho del trabajo. CE1.2 Identificar los principales organismos que intervienen en las relaciones entre empleadores(as) y trabajadores(as): OIT, MT, empresas, sindicatos. CE1.3 Identificar los derechos y obligaciones derivados de la relación laboral. CE1.4 Identificar los tipos de contratos según su naturaleza. CE1.5 Reconocer las medidas establecidas por la legislación vigente para la conciliación de la vida laboral y familiar. CE1.6 Identificar las causas y efectos de la modificación, así como la suspensión de los efectos del contrato de trabajo. CE1.7 Determinar las condiciones de trabajo de las diferentes modalidades de contratos. CE1.8 Identificar las principales causas de la terminación del contrato de trabajo.
RA2: Determinar la cobertura del Sistema Dominicano de Seguridad Social, identificando las distintas clases de prestaciones.	CE2.1 Identificar las principales características del Sistema Dominicano de Seguridad Social (SDSS). CE2.2 Valorar el papel de la Seguridad Social como pilar esencial para la mejora de la calidad de vida de los ciudadanos. CE2.3 Identificar los regímenes de financiamiento existentes en el Sistema Dominicano de Seguridad Social. CE2.4 Identificar las prestaciones que cubre el Sistema Dominicano de Seguridad Social. CE2.5 Identificar los requisitos necesarios para acceder a cada uno de los componentes del Sistema Dominicano de Seguridad Social. CE2.6 Identificar las obligaciones del empleador o empleadora y el trabajador o trabajadora dentro del Sistema Dominicano de Seguridad Social. CE2.7 En un supuesto práctico correspondiente al Sistema Dominicano de Seguridad Social, requerir: <ul style="list-style-type: none"><li>- Las bases de cotización de cada uno de los componentes del sistema.</li><li>- Las cuotas correspondientes a empleadores(as) y trabajadores(as).</li></ul>
RA3: Reconocer un sistema de gestión de seguridad y salud de una empresa u organización, e identificar las responsabilidades de los agentes implicados.	CE3.1 Identificar la legislación y los organismos relacionados con la seguridad y salud en el trabajo. CE3.2 Valorar la importancia de la cultura preventiva en todos los ámbitos y actividades de la empresa, los trabajadores y la organización. CE3.3 Identificar los elementos del sistema de gestión de seguridad y salud ocupacional. CE3.4 Identificar los mecanismos internos de vigilancia para la implementación del sistema de gestión de higiene y seguridad en el trabajo. CE3.5 Identificar las obligaciones del empleador o empleadora y del trabajador o trabajadora en materia de seguridad y salud en el trabajo. CE3.6 Explicar los factores de riesgos laborales en el ambiente de trabajo relacionados con el perfil profesional. C.3.7 Identificar las medidas preventivas aplicables para eliminar, minimizar

	<p>o controlar los riesgos presentes en su ambiente de trabajo, relacionadas con el perfil profesional.</p> <p>CE3.8 Usos de las herramientas y equipos de prevención de accidentes laborales.</p>
RA4: Aplicar las técnicas de comunicación para recibir y transmitir instrucciones e informaciones dentro del ambiente laboral.	<p>CE4.1 Identificar las técnicas y elementos de un proceso de comunicación.</p> <p>CE4.2 Clasificar y caracterizar las etapas del proceso de comunicación.</p> <p>CE4.3 Identificar las barreras e interferencias que dificultan la comunicación dentro del ámbito laboral.</p> <p>CE4.4 Identificar los factores para manipular los datos de la percepción.</p> <p>CE4.5 En un supuesto práctico correspondiente a la recepción de instrucciones, establecer:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Objetivo fundamental de la instrucción;</li> <li>- El grado de autonomía para su realización;</li> <li>- Los resultados que se deben obtener;</li> <li>- Las personas a las que se debe informar;</li> <li>- Quién, cómo y cuándo se debe controlar el cumplimiento de la instrucción.</li> </ul> <p>CE4.6 Recibir y transmitir instrucciones para la ejecución práctica de ciertas tareas, operaciones o movimientos para comprobar la eficacia de la comunicación.</p>
RA5: Contribuir a la resolución de conflictos que se originen en el ámbito laboral.	<p>CE5.1 Identificar los tipos de conflictos en el trabajo y sus fuentes.</p> <p>CE5.2 Determinar las técnicas para la resolución pacífica de conflictos.</p> <p>CE5.3 Diferenciar entre datos y opiniones en el ámbito laboral.</p> <p>CE5.4 En un supuesto práctico correspondiente a la resolución de conflictos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar el problema.</li> <li>- Presentar ordenada y claramente el proceso seguido y los resultados obtenidos en la resolución de un problema.</li> <li>- Superar equilibrada y armónicamente las presiones e intereses entre los distintos miembros de un grupo.</li> </ul> <p>CE5.5 Explicar las diferentes posturas e intereses que pueden existir entre los trabajadores y la dirección de una organización.</p>
RA6: Aplicar las estrategias del trabajo en equipo; y valorar su eficacia y eficiencia, para la consecución de los objetivos de la organización.	<p>CE6.1 Identificar los elementos fundamentales del funcionamiento de un grupo y los factores que pueden modificar su dinámica.</p> <p>CE6.2 Valorar las ventajas del trabajo en equipo en situaciones de trabajo, en relación con el título.</p> <p>CE6.3 Identificar las características del equipo de trabajo eficaz.</p> <p>CE6.4 En un supuesto práctico correspondiente al trabajo en equipo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Describir el proceso de toma de decisiones en equipo: la participación, el consenso y el liderazgo.</li> <li>- Adaptarse e integrarse a un equipo, colaborando, dirigiendo o cumpliendo las órdenes, según el caso.</li> <li>- Aplicar técnicas de dinamización de grupos de trabajo.</li> </ul>
RA7: Analizar las oportunidades de empleo, y las alternativas de aprendizaje a lo largo de la vida.	<p>CE7.1 Valorar la importancia de la formación permanente como factor clave para la empleabilidad y la adaptación a las exigencias del proceso productivo.</p> <p>CE7.2 Identificar los itinerarios formativos profesionales relacionados con el perfil.</p> <p>CE7.3 Identificar las principales fuentes de empleo y de inserción laboral</p>

	<p>relacionadas con el título.</p> <p>CE7.4 Identificar alternativas de autoempleo en los sectores profesionales relacionados con el título.</p> <p>CE7.5 Realizar la valoración de la personalidad, aspiraciones, actitudes y formación propia para la toma de decisiones.</p>
RA8: Aplicar las técnicas de búsqueda de empleo.	<p>CE8.1 Determinar las técnicas utilizadas en el proceso de búsqueda de empleo: Internet, redes sociales, entrevistas, prensa, bolsas de empleo, visitas a Oficinas Territoriales de Empleo (OTE), etc.</p> <p>CE8.2 Elaborar su currículum vitae y prepararse para asistir a una entrevista de trabajo.</p> <p>CE8.3 Identificar los elementos clave para una entrevista de trabajo.</p> <p>CE8.4 Identificar las diferentes pruebas utilizadas en el proceso de reclutamiento y selección dentro de una empresa u organización.</p> <p>CE8.5 En un supuesto práctico correspondiente a la entrevista de trabajo, cumplir con los siguientes requisitos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Preparar el currículum y sus anexos</li> <li>- Carta de presentación</li> <li>- Aspectos personales</li> <li>- Objetivos profesionales claros</li> <li>- Comunicación verbal, no verbal y escrita</li> <li>- Puntualidad y vestimenta adecuada</li> <li>- Manejo de información sobre el puesto solicitado</li> </ul>

Contenidos		
Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales
<p>El contrato de trabajo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Código de Trabajo.</li> <li>- Elementos del contrato.</li> <li>- Tipos de contrato de trabajo y características más importantes.</li> <li>- Jornada laboral: características de los tipos de jornada.</li> <li>- Salario: partes y estructura del salario.</li> <li>- Definición de los derechos, deberes y protección a la mujer, presentes en el Código de Trabajo.</li> </ul>	<p>Definición de los derechos, deberes y protección a la mujer, presentes en el código de trabajo.</p> <p>Manejo de los requisitos y elementos que caracterizan a los contratos.</p> <p>Identificación de las ventajas que, para empleadores(as) y trabajadores(as), tiene cada tipo de contrato.</p> <p>Identificación de las principales características de los tipos de jornada.</p> <p>Identificación de las partes, estructura y los tipos de salarios.</p> <p>Manejo de las garantías salariales y prestaciones laborales a las que tiene derecho el trabajador.</p> <p>Interpretación de la nómina.</p>	<p>Valoración de la necesidad de la regulación laboral.</p> <p>Respeto hacia las normas del trabajo.</p> <p>Interés por conocer las normas que se aplican en las relaciones laborales de su sector de actividad profesional.</p> <p>Reconocimiento de los cauces legales previstos como vía para resolver conflictos laborales.</p> <p>Rechazo de prácticas poco éticas e ilegales en la con-</p>
Sistema Dominicano de Seguridad	Análisis de la estructura del Siste-	



<p>Social</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Campo de aplicación.</li> <li>- Estructura.</li> <li>- Régimen.</li> <li>- Entidades gestoras y colaboradoras.</li> <li>- Obligaciones.</li> <li>- Acción protectora.</li> <li>- Clases y requisitos de las prestaciones.</li> </ul>	<p>ma de la Seguridad Social.</p> <p>Determinación de las principales obligaciones de empleadores(as) y trabajadores(as) en materia de Seguridad Social, afiliación y cotización.</p> <p>Análisis de la importancia del sistema general de la Seguridad Social.</p> <p>Conocimiento de los diferentes sub-sistemas de la Seguridad Social: contributivo, subsidiado y contributivo –subsidiado.</p> <p>Resolución de casos prácticos sobre prestaciones de la Seguridad Social.</p>	<p>tratación de trabajadores o trabajadoras, especialmente en los colectivos más desprotegidos.</p> <p>Reconocimiento del papel de la Seguridad Social en la mejora de la calidad de vida de los trabajadores y la ciudadanía.</p> <p>Rechazo hacia las conductas fraudulentas tanto en cotización como en las prestaciones de la Seguridad Social.</p>
<p>Seguridad, salud e higiene en el trabajo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Riesgo profesional.</li> <li>- Medidas de prevención y protección.</li> <li>- Planes de emergencia y de evacuación.</li> <li>- Primeros auxilios.</li> <li>- Ley que aplica al sector, reglamentos y normativas.</li> <li>- Equipo de protección personal (EPP).</li> </ul>	<p>Leyes que aplican al sector y sus reglamentos y normativas.</p> <p>Análisis de factores de riesgo.</p> <p>Análisis de la evaluación de riesgos en la empresa como elemento básico de la actividad preventiva.</p> <p>Análisis de riesgos ligados a las:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Condiciones de seguridad.</li> <li>- Condiciones ambientales.</li> <li>- Condiciones ergonómicas y psicosociales.</li> </ul> <p>Determinación de los posibles daños a la salud del trabajador que pueden derivarse de las situaciones de riesgo detectadas.</p> <p>Análisis y determinación de las condiciones de trabajo.</p> <p>Establecimiento de un protocolo de riesgos según la función profesional.</p> <p>Distinción entre accidente de trabajo y enfermedad profesional.</p> <p>Determinación de las medidas de prevención y protección individual y colectiva.</p> <p>Protocolo de actuación ante una situación de emergencia.</p>	<p>Valoración de la prevención en salud e higiene en el trabajo.</p> <p>Valoración de la cultura preventiva en todas las fases de la actividad.</p> <p>Valoración de la relación entre trabajo y salud.</p> <p>Interés en la adopción de medidas de prevención.</p> <p>Valoración de la formación preventiva en la empresa.</p> <p>Compromiso con la higiene y la seguridad.</p> <p>Valoración de la comunicación como factor clave en el trabajo en equipo.</p> <p>Valoración del aporte de las personas para la consecución de los objetivos</p>

<p>Comunicación en la empresa</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas de comunicación.</li> <li>- Tipos de comunicación.</li> <li>- Etapas de un proceso de comunicación.</li> <li>- Redes de comunicación, canales y medios.</li> <li>- Dificultades y barreras en la comunicación.</li> <li>- Recursos para manipular los datos de la percepción.</li> <li>- Información como función de dirección.</li> <li>- Negociación: conceptos, elementos y estrategias de negociación.</li> </ul>	<p>Caracterización de las técnicas y tipos de comunicación.</p> <p>Utilización de las redes de comunicación, canales y medios, para la consecución de los objetivos de la empresa.</p>	<p>empresariales.</p> <p>Valoración de las ventajas e inconvenientes del trabajo de equipo para la eficacia de la organización.</p> <p>Actitud participativa en la resolución de conflictos que se puedan generar en los equipos de trabajo.</p> <p>Ponderación de los distintos sistemas de solución de conflictos.</p>
<p>Trabajo en equipo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Clases de equipos en la industria del sector según las funciones que desempeñan.</li> <li>- Características de los equipos de trabajo.</li> <li>- Estructuras organizativas de una empresa como conjunto de personas para la consecución de un fin.</li> </ul>	<p>Identificación de las características de un equipo de trabajo eficaz.</p> <p>Análisis de la formación de los equipos de trabajo.</p> <p>Selección del tipo de equipo ideal para cada situación de trabajo.</p> <p>Análisis de los posibles roles de cada uno de los integrantes de un equipo de trabajo.</p> <p>Reconocimiento e identificación de las distintas fases por las que pasa un equipo de trabajo.</p> <p>Reconocimiento de la influencia de las actitudes de cada individuo en el equipo.</p> <p>Puesta en práctica de distintas técnicas de trabajo en equipo.</p>	<p>Valoración de la formación permanente como factor clave para la empleabilidad y el desarrollo profesional.</p> <p>Identificación del itinerario formativo y profesional más adecuado de acuerdo con el perfil y expectativas.</p> <p>Valoración del autoempleo como alternativa para la inserción profesional.</p>
<p>Resolución de conflictos</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conflicto: definición, característica, fuentes y etapas del conflicto.</li> <li>- Proceso para la resolución o supresión de un conflicto: mediación, conciliación y arbitraje.</li> <li>- Factores que influyen en la toma de decisión.</li> <li>- Métodos para la toma de decisión.</li> <li>- Fases para la toma de decisión.</li> </ul>	<p>Análisis del surgimiento de los conflictos en las organizaciones: compartir espacios, ideas y propuestas.</p> <p>Identificación de distintos tipos de conflictos, quienes intervienen y sus posiciones de partida.</p> <p>Reconocimiento de las principales fases de solución de conflictos, la intermediación y los buenos oficios.</p>	<p>Respeto hacia las normas y reglamentos del trabajo.</p> <p>Responsabilidad respecto a sus funciones y a las normas.</p> <p>Compromiso con la higiene y la seguridad.</p> <p>Orden en el trabajo y el</p>

	<p>Resolución de situaciones conflictivas originadas como consecuencia de las relaciones en el entorno de trabajo.</p> <p>Identificación de las principales variables que influyen en el proceso de solución de conflictos.</p> <p>Análisis de las principales características de los medios pacíficos de solución de conflictos.</p>	<p>espacio laboral.</p> <p>Honradez e integridad en todos los actos en la empresa.</p> <p>Disciplina en el cumplimiento de las responsabilidades y horario.</p>
<p>Inserción laboral y aprendizaje a lo largo de la vida</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Oportunidades de empleo.</li> <li>- Toma de decisión.</li> <li>- Oportunidades de aprendizaje.</li> <li>- Proceso de búsqueda de empleo en pequeñas, medianas y grandes empresas del sector.</li> </ul>	<p>Análisis de los intereses, aptitudes y motivaciones personales para la carrera profesional.</p> <p>Identificación de itinerarios formativos relacionados con el título.</p> <p>Definición y análisis del sector profesional del título.</p> <p>Planificación de la propia carrera: establecimiento de objetivos laborales a medio y largo plazo, compatibles con necesidades y preferencias.</p> <p>Objetivos realistas y coherentes con la formación actual y la proyectada.</p> <p>Establecimiento de una lista de comprobación personal de coherencia entre plan de carrera, formación y aspiraciones.</p>	<p>Tolerancia y respeto con sus compañeros de trabajo y superiores.</p>
<p>Técnicas de búsqueda de empleo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Técnicas e instrumentos de búsqueda de empleo.</li> <li>- Carta de presentación y currículum vitae.</li> <li>- Pruebas y entrevistas de selección.</li> <li>- Elementos clave de una entrevista de trabajo.</li> </ul>	<p>Cumplimiento de los documentos necesarios para la inserción laboral: carta de presentación, currículum vitae, anexos, etc.</p> <p>Realización de test para selección de personal y entrevistas simuladas.</p> <p>Manejo de información sobre el puesto solicitado.</p> <p>Búsqueda de empleo de manera eficaz utilizando los mecanismos existentes para tales fines: (bolsas</p>	

	electrónicas de empleo como <a href="http://www.empleateya.gob.do">www.empleateya.gob.do</a> , anuncios en medios de comunicación, etc.	
--	---	--

#### **Estrategias Metodológicas:**

- Detección de conocimientos previos y actividades de motivación al aprendizaje relacionadas con las competencias que el joven pueda presentar en el tema de formación y orientación laboral.
- Transmisión de conocimientos a través de socialización, debates, actividades de descubrimientos de temas relacionados al ambiente laboral.
- Resolución de ejercicios y problemas donde se ponga en práctica los conocimientos adquirido para la resolución de situaciones laborales, como serían el recibir y transmitir instrucciones, la resolución de algún conflicto, trabajo en equipo entre otras.
- Utilización de material audiovisual con la asistencia del computador donde se exponga al estudiante a través de videos, presentaciones, internet, plataformas, entre otras, las diferentes técnicas relacionada a la búsqueda de información relativa al tema laboral.
- Resolución de problemas a través de una situación laboral planteada por el profesor los estudiantes apliquen de forma ordenada y coordinada las fases que implican la resolución de dicha situación.
- Realización de un proyecto donde el estudiante pueda resolver un problema o aborda una tarea mediante la planificación, diseño y realización de una serie de actividades, donde el resultado sea la inserción efectiva en el ambiente laboral.
- Aprendizaje individual y cooperativo donde el estudiante pone de manifiesto las competencias blandas (habilidades sociales) y aquellas relacionadas al ambiente laboral.
- Aprendizaje mediante evaluación donde se pone de manifiesto lo aprendido en el transcurso del módulo.

#### 4. PERFIL DEL(DE LA) DOCENTE DE LOS MÓDULOS FORMATIVOS

##### Requerimientos para el ejercicio de la función docente de los módulos:

1. Poseer los conocimientos y competencias requeridas para el ejercicio de la función, acreditada mediante regímenes de selección que en cada caso se establezcan, asegurando el principio de igualdad en el acceso a la función educativa.
  - a. Para los módulos asociados a unidades de competencia: poseer un grado académico de Licenciado en Educación Física y Deportes.
  - b. Para los módulos comunes:
    - Módulo de Ofimática poseer un grado académico de Licenciado en el área del conocimiento de Tecnologías de la Información y la Comunicación.
    - Módulo de Orientación Laboral: poseer un grado académico de Licenciado en el área del conocimiento de Administración, Economía, Negocios y Ciencias Sociales o de Humanidades.
    - Módulo de Emprendimiento: poseer un Grado académico de Licenciado en el área del conocimiento de Administración, Economía, Negocios y Ciencias Sociales o de Humanidades.
2. Competición Pedagógica acreditada por el Ministerio de Educación de Formación docente (Habilitación Docente).
3. Sin ser un requerimiento imprescindible se valorará poseer experiencia profesional de un mínimo de 3 años en Educación Física y Deportiva.

#### 5. REQUERIMIENTOS MÍNIMOS DE ESPACIOS, INSTALACIONES Y EQUIPAMIENTO

Espacio Formativo	Superficie m <sup>2</sup> 15 alumnos(as)	Superficie m <sup>2</sup> 25 alumnos(as)
Aula polivalente	45	60
Laboratorio de Informática	40	60
Aula-taller de actividades físico-deportivas	60	100
Sala polideportiva con almacén	200	220
Instalación polideportiva con tres pistas polivalentes <sup>(1)</sup>	44 x 22m	44 x 22m
Espacio natural para actividades deportivo-recreativas de aire libre	X	X
Piscina 25 metros de largo y 2 metros de profundidad <sup>(1)</sup>	3 calles	5 calles

<sup>(1)</sup> Espacio singular no necesariamente ubicado en el centro de formación.

Espacio Formativo	MF1	MF2	MF3	MF4	MF5	MF6	MF7	MF8	MF9	MF10
Aula-taller de actividades físico-deportivas.	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Sala polideportiva	X		X	X	X		X	X	X	
Instalación polideportiva con tres pistas polivalentes					X	X	X	X	X	
Piscina de 25 metros de								X		

largo y 2 metros de profundidad										
Espacio natural para actividades deportivo-recreativas de aire libre.	X		X			X				
Almacén		X	X	X	X	X	X	X	X	X

Espacio Formativo	Equipamiento
Aula polivalente	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mesa y silla para el formador o formadora.</li> <li>- Mesa y sillas para alumnos y alumnas.</li> <li>- Pizarra para escribir con rotulador.</li> <li>- Material de aula.</li> </ul>
Laboratorio de Informática	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 30 PC instalados en red, con conexión a Internet para el alumnado.</li> <li>- PC para el profesor o profesora.</li> <li>- Escáner.</li> <li>- Impresora.</li> <li>- Mobiliario de aula.</li> <li>- Cañón de proyección.</li> <li>- Pantalla de proyección.</li> <li>- Reproductor audiovisual.</li> <li>- Pizarra electrónica.</li> <li>- Dispositivos de almacenamiento de datos, memorias USB, discos duros portátiles, CD y DVD.</li> <li>- Licencias de sistema operativo.</li> <li>- Licencias de uso de aplicaciones informáticas generales: procesador de textos, hojas de cálculo, base de datos, presentaciones, correo electrónico, retoque fotográfico, cortafuegos, antivirus, compresores y edición de páginas webs.</li> <li>- <i>Software</i> libre de vigilancia ambiental.</li> <li>- <i>Hardware</i> y <i>software</i> específicos de aplicación para elaborar programas de animación físico-deportiva y recreativa (periodización de sesiones de animación, programación de actividades y eventos, agenda, cronogramas).</li> </ul>
Aula-taller de actividades físico-deportivas	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo de sonido.</li> <li>- Petaca-micrófono de comunicación inalámbrica.</li> <li>- Equipo de sonido.</li> <li>- Petaca-micrófono de comunicación inalámbrica.</li> <li>- Área de acondicionamiento físico grupal <ul style="list-style-type: none"> <li>- Colchonetas.</li> <li>- Espejos</li> </ul> </li> <li>- Mazas.</li> <li>- Pelotas gigantes.</li> </ul>
Sala polideportiva	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Equipo de sonido.</li> <li>- Petaca-micrófono de comunicación inalámbrica.</li> <li>- Área con el material básico de primeros auxilios: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Botiquín de urgencias.</li> <li>- Aparatos automáticos de toma de presión arterial y pulso.</li> </ul> </li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fonendoscopio.</li> <li>- Esfigmomanómetro.</li> <li>- Maniquí simulador de RCP.</li> <li>- Área de Acondicionamiento físico individual: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dotación para la zona cardiovascular: bicicletas estáticas, remos aeróbicos de banco móvil...</li> <li>- Dotación para la zona musculación:</li> <li>- Dotación para la zona de peso libre.</li> <li>- Dotación para la zona de estiramientos.</li> </ul> </li> <li>- Material de actividades en recreación físico-deportiva y ocio y tiempo libre <ul style="list-style-type: none"> <li>- material de juegos convencionales</li> <li>- Juegos de mesa: ajedrez, parchís, dominó, monopolio, naipes.</li> <li>- Juegos de petanca de plástico y acero.</li> <li>- Diábolos.</li> <li>- Aros <i>Hula Hop</i>.</li> <li>- Globos.</li> <li>- Bongos.</li> <li>- Tambor.</li> <li>- Maracas.</li> </ul> </li> <li>- Bolos PVC.</li> <li>- Sables y espadas de espuma.</li> <li>- Picas de PVC.</li> <li>- Balones medicinales 1, 2 y 3 kg.</li> <li>- Ladrillos universales de plástico.</li> <li>- Bastones.</li> <li>- Saquitos de algodón.</li> <li>- Pelotas de ritmo.</li> <li>- Aros planos y redondos.</li> <li>- Cuerdas de algodón.</li> <li>- Cuerda para trepa lisa y anudada.</li> <li>- Colchoneta grande de saltos (300 x 200 x 40 cm).</li> <li>- Combas de poliéster individual y colectiva.</li> <li>- Bloques gomaespuma (forma cilindro, cuadrado, prisma, triángulo).</li> <li>- Pañuelos para malabares.</li> <li>- Diana de velcro.</li> <li>- Conos flexibles.</li> <li>- Bases para pica y aro.</li> <li>- Engarces para picas y aro-pica.</li> <li>- Accesorios y complementos: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Compresor eléctrico para inflar balones.</li> <li>- Silbatos.</li> <li>- Cinta métrica</li> <li>- Cinta balizadora.</li> <li>- Megáfono.</li> <li>- Bandas de látex.</li> <li>- Bandas delimitadoras de vinilo.</li> <li>- Bandas de caucho.</li> <li>- Bancos suecos.</li> </ul> </li> </ul>
--	--



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cama elástica.</li> <li>- Espalderas.</li> <li>- Trampolín.</li> <li>- Área de tatami para deportes de combate <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tatami</li> <li>- Sacos de golpeo</li> </ul> </li> <li>- Área de almacén: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Estanterías.</li> </ul> </li> <li>- Medios de transporte de material: bolsas, cajas, contenedores, bolsa plegable de balones, canasta de plástico para transporte de material deportivo, carro portamaterial.</li> <li>- Material de Atletismo. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vallas.</li> <li>- Tacos o blocks de salida.</li> <li>- Colchoneta saltos de altura.</li> <li>- Varilla para salto de altura.</li> <li>- Estafeta.</li> <li>- Testigos para relevos de PVC.</li> </ul> </li> <li>- Material deportes con pelota <ul style="list-style-type: none"> <li>- Balones de fútbol, baloncesto, voleibol, rugby, balonmano.</li> <li>- Bates de caucho baseball. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Raquetas de madera y plástico.</li> </ul> </li> <li>- Raquetas bádminton.</li> <li>- Pelotas de tenis.</li> <li>- Balón espuma hinchable.</li> <li>- Juego de <i>sticks hockey</i> de plástico.</li> <li>- Pelotas de plástico de <i>hockey</i>.</li> <li>- Raquetas y pelotas de ping pong.</li> </ul> </li> </ul>
Instalación polideportiva con tres pistas polivalentes <sup>(1)</sup> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Marcos con red.</li> <li>- Redes.</li> <li>- Aros.</li> <li>- Pelotas.</li> <li>- Equipo de beisbol.</li> </ul>
Espacio natural para actividades deportivas y recreativas de aire libre <sup>(1)</sup> .	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Espacio de juego para la práctica de beisbol.</li> <li>- Espacio para la práctica de atletismo (saltos, lanzamientos y carrera)</li> <li>- Espacio para la práctica de rugby.</li> <li>- Espacio para la práctica de fútbol.</li> </ul>
Piscina <sup>(1)</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Corcheras divisorias de carriles de 25 metros de largo.</li> <li>- Cinturón y brazaletes para flotación.</li> <li>- Tablas de flotación grandes, medianas y pequeñas.</li> <li>- <i>Pull-boys</i>.</li> <li>- Conectores simples y dobles.</li> <li>- Tapices de flotación de diferentes tamaños.</li> <li>- Cinturones de flotación.</li> <li>- Pelotas.</li> <li>- Balones de waterpolo.</li> <li>- Aros: flotantes, semiflotantes y sumergibles pequeños.</li> <li>- Bastones sumergibles.</li> </ul>

	- Manoplas o palas de natación.
--	---------------------------------

Los diversos espacios formativos específicos identificados, así como las instalaciones y equipamientos deberán cumplir con la normativa industrial y de seguridad y salud en el trabajo vigente y responderán a medidas de accesibilidad universal y seguridad de los estudiantes.

El equipamiento (equipos, máquinas, etc.) dispondrá de la instalación necesaria para su correcto funcionamiento. La cantidad y características del equipamiento deberán estar en función del número de estudiantes matriculados 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 que se impartan en los referidos espacios.

El Ministerio de Educación velará para que las instalaciones y el equipamiento sean los adecuados en cantidad y características para el desarrollo de los módulos correspondientes y garantizar así la calidad de estas enseñanzas.

En el caso de que la formación se dirija a personas con Necesidades Específicas de Apoyo Educativo (NEAE) se realizarán las adaptaciones y los ajustes razonables a la infraestructura, para asegurar su participación en condiciones de igualdad.

Los equipamientos que se incluyan en cada espacio de enseñanza aprendizaje han de ser los necesarios y suficientes para garantizar a los estudiantes la adquisición de los resultados de aprendizaje y la calidad de la enseñanza.

## 6. CRÉDITOS

### COMISIÓN TÉCNICA COORDINADORA GENERAL

Nombre	Cargo	Organización
Elsa Sánchez	Directora General de Educación Media	Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
Mercedes María Matrilé Lajara	Directora de Educación Técnico Profesional	Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
José del Carmen Canario	Gerente de la Dirección de Educación Técnico Profesional (DETP).	Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
Francisca M <sup>a</sup> Arbizu Echávarri	Asesora Internacional en Cualificaciones y Educación Técnico Profesional. Experta en Reforma Curricular.	Jóvenes y Desarrollo (JyD) Convenio Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID).

### GRUPO DE TRABAJO DE LA FAMILIA PROFESIONAL ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

Nombre	Cargo	Organización
<b>Responsables del Grupo de Trabajo</b>		
Carlos Banks	Coordinador del Grupo de Trabajo Actividades Físicas y Deportivas (AFD). Técnico Docente Nacional.	Dirección de Educación Técnico Profesional (DETP), Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
Ana Ramona Vásquez Hilario	Secretaria Técnica del Grupo de Trabajo Actividades Físicas y Deportivas (AFD). Técnica Docente Nacional.	Dirección de Educación Técnico Profesional (DETP), Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
Gisela Bello	Apoyo al Grupo de Trabajo Actividades Físicas y Deportivas (AFD). Técnico Docente Nacional.	Dirección de Educación Técnico Profesional (DETP), Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
M <sup>a</sup> Soledad Martín Hernández	Asesora Internacional. Experta en Diseño curricular en Actividades Físicas y Deportivas (AFD).	Jóvenes y Desarrollo (JyD) Convenio Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID)
<b>Expertos Tecnológicos Y Formativos</b>		
Bernardo Antonio Mesa	Encargado Departamental	Comité Olímpico Dominicano
Zacarías Torres	Técnico	Ministerio de Deportes y Recreación (MIDEREC)
Cristina Rivas	Coordinadora Docente Nacional del Área de Educación Física	Dirección de Currículo, Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)

Quisqueyana Villamán	Técnica Docente Nacional	Dirección de Currículo, Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD)
Juan Francisco Vargas	Encargado del Departamento Higiene y Salud	Instituto Nacional de Educación Física (INEFI)
Manuel Víctor Bello, M. A.	Encargado de Supervisión	Instituto Nacional de Educación Física (INEFI)
Gilberto García	Presidente	Federación Dominicana de Judo
José Mora	Entrenador Olímpico Nacional	Federación Dominicana de Taekwondo
Amigdalina Sánchez	Técnica	Federación Dominicana de Natación
José Berroa	Árbitro y Maestro de Educación Física	Colegio de Árbitros
Emmanuel Rodríguez	Árbitro y Profesor de Educación Física	Colegio de Árbitros
Julio Frías	Entrenador Deportivo y Maestro de Educación de Física	Banco Central y Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD)
Ninoshka Rondón	Gerente General	Gimnasio Kid's Fitness
José Peña	Gerente General	Bosque Verde
Sandra Bonnet	Gerente Administrativa	Bosque Verde
Juan Matos	Encargado de Deporte Escolar	Instituto Nacional de Educación Física (INEFI) y Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD)
Sabel Miguel Montilla	Maestro de Educación Física	Centro de Educación Nuestra Señora de la Fe
Julio Acevedo	Maestro de Educación Física	Centro de Educación Nuestra Señora de la Fe

#### ORGANIZACIONES QUE HAN PARTICIPADO EN LA VALIDACIÓN EXTERNA DE LOS TÍTULOS DE LA FAMILIA PROFESIONAL ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS

Nombre	Cargo	Organización
Pedro Luis Franco	Encargado de Deporte escolar	Ministerio de Deportes y Recreación (MIDEREC)
Luís Mejía Oviedo	Presidente	Comité Olímpico Dominicano
Nelson Acevedo	Subdirector	Instituto Nacional de Educación Física (INEFI)
Patricia Sandoval	Técnica	Instituto Nacional de Formación Técnico Profesional (INFOTEP)
Manuel Suero	Vicerrector Ejecutivo	Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto de Educación Física, EMH
Pascual Leocadio	Coordinador Docente	Instituto Superior de Formación

		Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto de Educación Física, EMH
Belkis Gallardo	Subdirectora	Federación Dominicana de Gimnasia
Lourdes Gómez	Presidenta	Federación Nacional de Baile
Rolando Miranda	Secretario General	Federación Dominicana de Fútbol
Pedro Ortiz	Director académico, Árbitro.	Federación Dominicana de Baloncesto
Gabriel Vásquez	Técnico	Federación Dominicana de Balonmano (Fedobalon)
Pablo Roberto Martínez	Coordinador Balonmano	Federación Dominicana de Balonmano (Fedobalon)
Gilberto García	Presidente	Federación Dominicana de Judo
Reynaldo Castro	Ejecutivo	Federación Dominicana de Kendo
Yunieski Silverio	Asesor Metodológico	Federación Dominicana de Karate
Rafael Radhamés Tavares	Presidente	Federación Dominicana de Natación
Rafael D. Santos M.	Miembro	LUKEN UASD
Rafael Sosa Nolasco	Presidente	FEDOLUKEY
Luis Báez	Presidente	Campamento Aventura
Adeonis Castillo	Encargado de Deportes	Club del Banco Central
Sara Alarcón	Coordinadora de Cátedra de la Licenciatura en Educación	Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD)
Andrés Polimar	Asistente de Coordinación	Universidad Evangélica (UNEV)
Cristian Quelix	Director	Politécnico Bartolomé Veige
Lino Delgado	Presidente	Fundación Dominicana de Ciegos (FUDCI)
Miguel González	Encargado de Proyectos	Fundación Dominicana de Ciegos (FUDCI)
Matías Martín	Representante de Programas	Convenio Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID)
Mirna Lee	Encargada de Proyectos	Fundación Salesiana Don Bosco (DBFS)
Beatriz Gallarte Bandín	Técnico de Proyectos	Fundación INTERED