

1. Identificación da programación
Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
36011579	A Guía	Vigo	2024/2025

Ciclo formativo

Código da familia profesional	Familia profesional	Código do ciclo formativo	Ciclo formativo	Grao	Réxime
AFD	Actividades físicas e deportivas	CSAFD02	Acondicionamento físico	Ciclos formativos de grao superior	Réxime xeral-ordinario

Módulo profesional e unidades formativas de menor duración (*)

Código MP/UF	Nome	Curso	Sesións semanais	Horas anuais	Sesións anuais
MP1148	Fitness en sala de adestramento polivalente	2024/2025	10	173	207

(*) No caso de que o módulo profesional estea organizado en unidades formativas de menor duración

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	JOSÉ RICARDO SOTO CARIDE
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión inspector

2. Concreción do currículo en relación coa súa adecuación ás características do ámbito produtivo

A formación do módulo contribúe a alcanzar os obxectivos xerais a), b), c), d), f), i), m) e o) do ciclo formativo, e as competencias a), b), c), e), h), k) e n).

As estratexias e as liñas de actuación no proceso de ensino e aprendizaxe que permiten alcanzar os obxectivos do módulo versarán sobre:

- Simulación de condicións de práctica.
- Visitas e colaboracións con diferentes institucións.
- Intervencións prácticas en contextos reais.
- Incentivación da creatividade e do carácter innovador.
- Traballo cooperativo
- Autoavaliación e coavaliación.

As actividades de aprendizaxe que permiten alcanzar os obxectivos do módulo están relacionadas con:

- Estudo práctico e adaptación dos exercicios e as actividades de acondicionamento físico desenvolvidos cos medios propios da sala de adestramento polivalente, de modo que sexan congruentes coas posibles prescricións médicas ou discapacidades.
- Elaboración da programación específica da sala de adestramento polivalente a partir da programación xeral.
- Elaboración de programas de mellora da condición física, adaptados ás posibilidades e aos intereses das persoas usuarias, aos medios dispoñibles na sala de adestramento polivalente e ás necesidades detectadas na análise inicial, establecendo a dose de adestramento adecuada respecto aos obxectivos formulados e aos parámetros recomendados canto a frecuencia, volume, intensidade, densidade, metodoloxía e selección dos exercicios.
- Posta en práctica das metodoloxías específicas adecuadas para a consecución dos obxectivos e para a solución de continxencias.
- Experimentación cos materiais propios e específicos da sala de adestramento polivalente, así como con materiais non específicos.
- Organización de competicións, concursos e eventos lúdico-deportivos co fin de reforzar a motivación e a fidelidade das persoas usuarias.

3. Relación de unidades didácticas que a integran, que contribuirán ao desenvolvemento do módulo profesional, xunto coa secuencia e o tempo asignado para o desenvolvemento de cada unha

U.D.	Título	Descrición	Duración (sesións)	Peso (%)
1	Exercicios de Acondicionamento Físico	Aprendizaxe e práctica dos principais exercicios de forza e resistencia que se poden realizar na SAP	50	22
2	Sesións e Materiais de Acondicionamento Físico	Diseño das sesións e estudo dos materiais de acondicionamento físico e o seu uso	50	22
3	Plan de Acondicionamento Físico (PAF)	Elaboración dun PAF: exercicios, sesións, microciclos e mesociclos	35	24
4	Sala de Adestramento Polivalente (SAP)	Deseño, estudo e análise dunha SAP	35	22

U.D.	Título	Descrición	Duración (sesións)	Peso (%)
5	Eventos de Acondicionamento Físico	Planificación e proposta de eventos de AF	19	6
6	Plan de Emerxencia	Estudo dun plan de emerxencia e elaboración de protocolos de seguridade para unha SEP	18	4

4. Por cada unidade didáctica

4.1.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
1	Exercicios de Acondicionamento Físico	50

4.1.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Describe e executa as demostracións prácticas dos exercicios, así como o uso idóneo do material máis frecuente nas actividades de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente, salientando os puntos clave na prevención de lesións	SI
RA4 - Dirixe actividades de acondicionamento físico aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento, no contexto dunha sala de adestramento polivalente	SI

4.1.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA3.1 Descríbense e demostráronse exercicios de musculación e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.2 Descríbense e demostráronse exercicios de mellora da capacidade aeróbica e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.3 Descríbense e demostráronse exercicios de amplitude de movementos e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.4 Descríbense e demostráronse o uso e manexo dos aparellos e materiais da sala de adestramento polivalente, sinalando as precaucións para ter en conta na súa utilización
CA3.5 Realizáronse as adaptacións necesarias nos aparellos e nas máquinas dunha sala de adestramento polivalente, para que poidan ser utilizadas por persoas con dificultades no agarre ou no equilibrio, ou con mobilidade reducida
CA4.1 Revisáronse a funcionalidade e as condicións de seguridade dos equipamentos e dos materiais da sala de adestramento polivalente

Criterios de avaliación
CA4.2 Utilizouse o tipo de linguaxe adecuado en función da actividade e do perfil das persoas usuarias
CA4.3 Supervisouse o cumprimento das recomendacións de uso das máquinas, os aparellos e os materiais da sala de adestramento polivalente por parte das persoas usuarias e as cargas mobilizadas
CA4.4 Corrixíronse os erros de execución nos exercicios propostos, con indicación das súas causas e a forma de execución correcta
CA4.5 Adaptáronse os parámetros das actividades que puidesen supor unha dificultade na execución ás persoas con discapacidade
CA4.6 Aplicáronse estratexias de intervención que favorecen a participación e a desinhibición das persoas participantes nas actividades da sala de adestramento polivalente
CA4.7 Indicáronse as medidas complementarias que a persoa usuaria pode seguir para optimizar os resultados do seu programa de acondicionamento físico
CA4.8 Valoráronse o proceso e os resultados que se foron alcanzando, interpretando os datos de avaliación consonte as especificacións previstas no programa de acondicionamento físico

4.1.e) Contidos

Contidos
Técnica dos exercicios de acondicionamento físico en sala de adestramento polivalente. Precaucións na colocación da carga con respecto á hixiene da columna vertebral. Erros de execución.
Localizacións e funcións musculares nas fases do exercicio: músculos implicados, funcións e tipos de contracción.
Adaptacións nos exercicios de acondicionamento físico e no uso de máquinas e materiais da sala de adestramento polivalente para persoas con discapacidade.
Execución, exercicios tipo e variantes. Uso dos materiais e das máquinas, e erros e perigos máis frecuentes na súa utilización. Exercicios de musculación. Exercicios de estirada e mobilidade articular. Actividades cíclicas para a mellora cardiovascular co
Fatiga nas actividades e nos exercicios propios dunha sala de adestramento polivalente. Síntomas e signos de fatiga xeral e localizada. Sobrecarga muscular por repetición: medidas e accións de descarga.
Procedementos de mantemento operativo das máquinas, os equipamentos e os materiais da sala de adestramento polivalente.
Compoñentes do servizo para a captación e a fidelización das persoas usuarias.
Procedementos de control do uso de máquinas e materiais dunha sala de adestramento polivalente.
Técnicas de intervención para a dinamización de sesións de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente. Recursos e métodos para dinamizar a sesión. Estratexias de motivación: reforzos da percepción de logros e automotivación; música nas
Técnicas de comunicación ante distintos perfís de persoas usuarias.
Supervisión da execución dos exercicios de acondicionamento físico na sala de adestramento polivalente. Control do uso do espazo. Control dos puntos clave da execución dos exercicios que poden supor un perigo para a persoa usuaria. Utilización dos reforzo

Contidos
Demostración como recurso didáctico. Demostración illada e asociada á explicación dos exercicios e á corrección da técnica de execución.

4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	Sesións e Materiais de Acondicionamento Físico	50

4.2.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA3 - Describe e executa as demostracións prácticas dos exercicios, así como o uso idóneo do material máis frecuente nas actividades de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente, salientando os puntos clave na prevención de lesións	SI
RA4 - Dirixe actividades de acondicionamento físico aplicando metodoloxías específicas para o seu desenvolvemento, no contexto dunha sala de adestramento polivalente	SI

4.2.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA3.1 Descríbense e demostráronse exercicios de musculación e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.2 Descríbense e demostráronse exercicios de mellora da capacidade aeróbica e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.3 Descríbense e demostráronse exercicios de amplitude de movementos e os aspectos para ter en conta durante a súa práctica
CA3.4 Descríbense e demostráronse o uso e manexo dos aparellos e materiais da sala de adestramento polivalente, sinalando as precaucións para ter en conta na súa utilización
CA3.5 Realizáronse as adaptacións necesarias nos aparellos e nas máquinas dunha sala de adestramento polivalente, para que poidan ser utilizadas por persoas con dificultades no agarre ou no equilibrio, ou con mobilidade reducida
CA4.1 Revisáronse a funcionalidade e as condicións de seguridade dos equipamentos e dos materiais da sala de adestramento polivalente
CA4.2 Utilizouse o tipo de linguaxe adecuado en función da actividade e do perfil das persoas usuarias

Criterios de avaliación
CA4.3 Supervisouse o cumprimento das recomendacións de uso das máquinas, os aparellos e os materiais da sala de adestramento polivalente por parte das persoas usuarias e as cargas mobilizadas
CA4.4 Corrixíronse os erros de execución nos exercicios propostos, con indicación das súas causas e a forma de execución correcta
CA4.5 Adaptáronse os parámetros das actividades que puidesen supor unha dificultade na execución ás persoas con discapacidade
CA4.6 Aplicáronse estratexias de intervención que favorecen a participación e a desinhibición das persoas participantes nas actividades da sala de adestramento polivalente
CA4.7 Indicáronse as medidas complementarias que a persoa usuaria pode seguir para optimizar os resultados do seu programa de acondicionamento físico
CA4.8 Valoráronse o proceso e os resultados que se foron alcanzando, interpretando os datos de avaliación consonte as especificacións previstas no programa de acondicionamento físico

4.2.e) Contidos

Contidos
Técnica dos exercicios de acondicionamento físico en sala de adestramento polivalente. Precaucións na colocación da carga con respecto á hixiene da columna vertebral. Erros de execución.
Localizacións e funcións musculares nas fases do exercicio: músculos implicados, funcións e tipos de contracción.
Adaptacións nos exercicios de acondicionamento físico e no uso de máquinas e materiais da sala de adestramento polivalente para persoas con discapacidade.
Execución, exercicios tipo e variantes. Uso dos materiais e das máquinas, e erros e perigos máis frecuentes na súa utilización. Exercicios de musculación. Exercicios de estirada e mobilidade articular. Actividades cíclicas para a mellora cardiovascular co
Fatiga nas actividades e nos exercicios propios dunha sala de adestramento polivalente. Síntomas e signos de fatiga xeral e localizada. Sobrecarga muscular por repetición: medidas e accións de descarga.
Procedementos de mantemento operativo das máquinas, os equipamentos e os materiais da sala de adestramento polivalente.
Compoñentes do servizo para a captación e a fidelización das persoas usuarias.
Procedementos de control do uso de máquinas e materiais dunha sala de adestramento polivalente.
Técnicas de intervención para a dinamización de sesións de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente. Recursos e métodos para dinamizar a sesión. Estratexias de motivación: reforzos da percepción de logros e automotivación; música nas
Técnicas de comunicación ante distintos perfís de persoas usuarias.
Supervisión da execución dos exercicios de acondicionamento físico na sala de adestramento polivalente. Control do uso do espazo. Control dos puntos clave da execución dos exercicios que poden supor un perigo para a persoa usuaria. Utilización dos reforzo
Demostración como recurso didáctico. Demostración illada e asociada á explicación dos exercicios e á corrección da técnica de execución.

4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	Plan de Acondicionamento Físico (PAF)	35

4.3.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA2 - Deseña programas de acondicionamento físico, tendo en conta os datos da valoración da condición física da persoa usuaria e os medios dispoñibles na sala de adestramento polivalente	SI

4.3.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función do diagnóstico inicial, da evolución da persoa usuaria e dos medios dispoñibles
CA2.2 Seleccionáronse os medios e métodos de adestramento idóneos para o desenvolvemento do programa de acondicionamento físico, en relación cos obxectivos deste
CA2.3 Cuantificáronse segundo criterios científicos a frecuencia, o volume e a intensidade da carga de traballo, así como calquera outro parámetro definitorio do proceso de adestramento deportivo, en función dos obxectivos formulados no programa de acondicionam
CA2.4 Analizáronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e calquera outro recurso complementario para o programa de acondicionamento físico na sala de adestramento polivalente, en condicións de seguridade
CA2.5 Identificáronse as medidas complementarias en función do tipo de programa de acondicionamento físico e dos intereses da persoa usuaria
CA2.6 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, e as adaptacións destas, para facilitar a motivación e a atención a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.7 Utilizáronse as tecnoloxías da información e a comunicación, e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA2.8 Definiuse o procedemento de avaliación do programa de acondicionamento físico desenvolvido na sala de adestramento polivalente

4.3.e) Contidos

Contidos
Organización e concreción das sesións a partir do programa de adestramento de referencia.

Contidos
<p>0 Medidas complementarias en función das expectativas de diferentes perfís de persoas usuarias da sala de adestramento polivalente.</p> <p>Recursos informáticos aplicados á elaboración de programas de adestramento na sala de adestramento polivalente.</p> <p>Avaliación do programa de adestramento en sala de adestramento polivalente. Actividades e medios de avaliación de programas de adestramento en sala de adestramento polivalente. Uso dos datos de condición física na redefinición de obxectivos e na reorientación.</p> <p>Obxectivos de mellora da condición física relacionados coa idade.</p> <p>Desenvolvemento das capacidades físicas nos programas de fitness. Integración dos métodos e factores específicos de mellora. Recursos.</p> <p>Prescrición do exercicio de forza nunha sala de adestramento polivalente. Conceptos relacionados: sobrecarga progresiva, especificidade, variación e impacto do aumento inicial de forza. Métodos de mellora da forza. Utilización dos recursos da sala de adestramento.</p> <p>Métodos para a mellora da flexibilidade e amplitude de movemento (ADM). Utilización dos recursos da sala de adestramento polivalente.</p> <p>Métodos para a mellora da capacidade aeróbica. Utilización dos recursos da sala de adestramento polivalente. Programas e niveis nas máquinas de adestramento cardiovascular.</p> <p>Exercicios para a mellora da capacidade aeróbica, a forza e a amplitude de movemento. Adecuación aos programas de adestramento de referencia e a diferentes perfís de persoas usuarias.</p> <p>Secuencias e rutinas dos exercicios de resistencia, forza e amplitude de movemento. Combinación das cargas de traballo cos períodos de recuperación dos esforzos.</p> <p>Estratexias de instrución e de comunicación.</p>

4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	Sala de Adestramento Polivalente (SAP)	35

4.4.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Organiza as actividades dunha sala de adestramento polivalente, establecendo as pautas que garantan a adecuación dos recursos ás actividades, a seguridade e a optimización de uso da instalación	SI

4.4.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA1.1 Inventariouse a dotación da sala de adestramento polivalente, analizando os requisitos das actividades e os eventos de acondicionamento físico, á luz das últimas tendencias do sector e dos intereses do público obxectivo

Criterios de avaliación
CA1.2 Definíronse criterios para organizar a oferta das actividades de acondicionamento físico e dos eventos nunha sala de adestramento polivalente
CA1.3 Enumeráronse as xestións para a organización de eventos, competicións e concursos na sala de adestramento polivalente
CA1.4 Deseñouse un plan para a coordinación coas áreas e o persoal técnico implicado no uso dunha sala de adestramento polivalente
CA1.5 Analizáronse as condicións de accesibilidade á sala de adestramento polivalente para que poidan participar nas actividades de acondicionamento físico persoas con necesidades específicas relativas á mobilidade
CA1.6 Establecéronse os procedementos de detección e corrección de anomalías dos elementos específicos na dotación dunha sala de adestramento polivalente
CA1.7 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento dunha sala de adestramento polivalente

4.4.e) Contidos

Contidos
<p>Instalacións, máquinas, aparellos e elementos propios dunha sala de adestramento polivalente. Áreas de acondicionamento. Dotación e distribución de máquinas e aparellos. Accesos, desprazamentos e barreiras arquitectónicas dentro dunha sala de adestramento</p> <p>Mantemento preventivo, operativo e correctivo básico en peso libre, máquinas de resistencia dinámica variable selectorizadas, poleas, máquinas pneumáticas, máquinas magnéticas, máquinas isocinéticas, máquinas de adestramento cardiovascular, materiais de a</p> <p>Planificación de actividades de fitness. Principios da planificación de actividades en instalacións de fitness. Técnicas para a planificación das actividades de fitness en distintos ámbitos: idade escolar, persoas adultas, maiores de 50 anos, colectivos e</p> <p>Xestión e coordinación de actividades da sala de adestramento polivalente. Interacción e coordinación de oferta de actividades. Xestión de espazos. Organización e xestión dos recursos. Control do mantemento.</p> <p>Plan de calidade. Procedementos de avaliación.</p>

4.5.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
5	Eventos de Acondicionamento Físico	19

4.5.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA5 - Organiza eventos no ámbito do acondicionamento físico, e determina os factores implicados na súa promoción e na súa seguridade	SI

4.5.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA5.1 Elaboráronse programas de eventos de acondicionamento físico para diferentes tipos de instalacións e perfís de persoas usuarias
CA5.2 Valorouse o impacto promocional de cada tipo de eventos, tanto para a entidade como para as actividades de acondicionamento físico e para as persoas ou entidades patrocinadoras
CA5.3 Propuxéronse o tipo de información e os medios de difusión máis adecuados para publicitar o evento e animar a persoas usuarias ou non a participar nel ou a asistir
CA5.4 Organizáronse e distribuíronse os materiais para favorecer o acceso, a localización e a participación, tanto do público como do actorado circunstancial
CA5.5 Estableceuse o procedemento para a supervisión e o control dos diferentes aspectos do evento de acondicionamento físico
CA5.6 Prevíronse as vías de comunicación cos servizos auxiliares e as medidas de seguridade necesarias para previr continxencias
CA5.7 Propuxéronse e aplicáronse as técnicas de animación máis adecuadas para conseguir o éxito do evento canto a participación e satisfacción das persoas participantes

4.5.e) Contidos

Contidos
Planificación de eventos, competicións e concursos en fitness.
Eventos no ámbito do fitness: concursos, competicións, exhibicións, celebracións, actividades e xogos de animación.
Integración do evento na programación xeral da entidade. Adecuación dos tipos de eventos á idade, ás expectativas, ao nivel de condición física, ao número de participantes dos grupos, etc.
Accións promocionais dos eventos de acondicionamento físico: obxectivos, soportes comúns e métodos de control.
Organización e xestión dos recursos. Espazos e tempos das actividades. Previsión e procedementos de supervisión e control. Circulación de persoas e materiais. Previsións e procedementos de supervisión e control.
Selección e coordinación de recursos humanos na organización de eventos no ámbito do fitness: estratexias e técnicas de selección; estratexias e técnicas de coordinación.
Dinamización de eventos no ámbito do fitness. Estratexias e actitudes do persoal técnico para animar e motivar na interacción grupal. Funcións e fases de intervención do persoal dinamizador de eventos no ámbito do fitness. Presentación de actividades e co
Técnicas e instrumentos para a avaliación de proxectos de animación.
Aplicación das normas e das medidas de seguridade e prevención no desenvolvemento de eventos no ámbito do fitness: control de continxencias; medidas de intervención.

4.6.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
6	Plan de Emerxencia	18

4.6.b) Resultados de aprendizaxe do currículo que se tratan

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA6 - Aplica as medidas de seguridade e os plans de emerxencia na sala de adestramento polivalente, valorando as condicións e realizando a prevención dos factores de risco	SI

4.6.d) Criterios de avaliación que se aplicarán para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Criterios de avaliación
CA6.1 Identifícaronse e describíronse os plans de emerxencia dunha instalación deportiva e dunha sala de adestramento polivalente en particular
CA6.2 Establecéronse procedementos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente
CA6.3 Inventariáronse os medios materiais necesarios nun plan de emerxencia para unha sala de adestramento polivalente
CA6.4 Relacionáronse a asignación de funcións e as instrucións ao persoal dunha instalación deportiva en xeral e, en particular, da sala de adestramento polivalente
CA6.5 Dirixíronse situacións simuladas de evacuación dunha sala de adestramento polivalente
CA6.6 Relacionouse a lexislación básica sobre seguridade e saúde laboral co exercicio profesional nas actividades de acondicionamento físico en sala de adestramento polivalente
CA6.7 Descríronse as características e as condicións de seguridade dos diferentes aspectos das actividades de acondicionamento físico nunha sala de adestramento polivalente

4.6.e) Contidos

Contidos
Plan de emerxencia. Plan de evacuación: deseño e posta en práctica (simulacros). Soportes informativos. Coordinación con diferentes profesionais e servizos. Avaliación do plan de emerxencia
Prevención e seguridade. Lexislación básica e específica sobre seguridade e prevención na sala de adestramento polivalente. Seguridade de persoas, de bens e de actividades dunha sala de adestramento polivalente. Normativa de aplicación en materia de segur
Medidas de protección ambiental, e de seguridade e saúde laboral.

5. Mínimos exigibles para alcanzar a avaliación positiva e os criterios de cualificación

Os mínimos para obter unha calificación positiva son:

- 1- Entregar ou realizar todas as tarefas solicitadas na data establecida.
- 2.- Acadar os coñecementos mínimos exigibles na proba teórica. Os non acadados terán que ser recuperados no período de probas de recuperación correspondente a marzo ou xuño.
- 3- Superar os mínimos exigibles establecidos nas probas prácticas de cada unidade didáctica. Aqueles que nos sexan acadados, terán que ser recuperados no período de probas de recuperación correspondente a marzo ou xuño
- 4- Obter un 5 de media entre as probas prácticas e teóricas.

A nota final será a media das dúas avaliacións.

6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación

Os alumnos que non acaden os mínimos exigibles en relación aos contidos teóricos e prácticos en algunha das unidades, terán que recuperalos estes nunha proba teórico/práctico no período de recuperación correspondente a marzo ou xuño.

Aqueles alumnos que non alcancen o 5 de media terán que facer a proba de avaliación extraordinaria.

6.b) Procedemento para definir a proba de avaliación extraordinaria para o alumnado con perda de dereito a avaliación continua

Constará dunha proba/exame teórico/práctica de todos os contidos vistos durante o curso:

- 1- Traballo: Entrega dun PAF
- 2- Proba práctica que consta de dúas partes:
 - 2.1-Explicación e demostración práctica dunha sesión de forza. Constará de quecemento, parte principal e volta a calma. A parte principal deberá constar de polo menos 8 exercicios de forza. O tipo de persoas a

adestrar e os grupos muculares a traballar, serán elexidos ao azar de entre todos os vistos durante o ano.

2.2- Explicación dun aparello de resistencia elexido ao azar de entre os estudados.

3- Proba escrita :Elaboración dunha sesión de AF a partir dunha sala, material e persoas expecificadas polo profesor ao azar.

7. Procedemento sobre o seguimento da programación e a avaliación da propia práctica docente

Para o seguimento da programación levarase un rexistro diario das tarefas realizadas na aula, que quedarán reflexados no cuaderno do profesor.

Para a avaliación da propia práctica docente, ao rematar o curso elaborárase un informe a partir das seguintes cuestións:

- 1- A posta en práctica da programación axústouse ao planificado?
- 2- Atendeuse a todos os alumnos con criterios de igualdade o obxetividade?
- 3- Os contidos axustáronse aos coñecementos previos dos alumnos?
- 4- Que contidos podo mellorar?

8. Medidas de atención á diversidade

8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial

A avaliación inicial realizarase en varios momentos.

- 1- Ao principio do curso: cun cuestionario de preguntas a desenvolver relativas a contidos de todo o curso.
- 2- Ao principio de cada unidade didáctica a partir de cuestionarios de resposta oral múltiple.

8.b) Medidas de reforzo educativo para o alumnado que non responda globalmente aos obxectivos programados

Para os alumnos que non sexan capaces de seguir o ritmo da clase, ofreceranse documentos explicativos altrnativos de diferentes fontes que lles facilite o acceso aos coñecementos.

Tendo en conta o concepto de Deseño Universal da aprendizaxe, todos os proxectos relaizados durante o curso, están plantexados de xeito aberto, con diferentes posibilidades de resolución válidas, que permitan ao alumnado comezar desde os seus propios coñecementos, avanzado tanto como lles sexa posible.

Ademáis, algunhas actividades e tarefas derivadas, serán levadas a cabo por parellas e pequenos grupos, co conseguinte aprendizaxe colaborativo propio da coeducación.

9. Aspectos transversais

9.a) Programación da educación en valores

A educación en valores irá incluída en toda a acción académica a través dos principios de igualdade, atención á diversidade e respecto, que serán os que guiarán todo o desenvolvemento do módulo.

9.b) Actividades complementarias e extraescolares

Visita a diferentes salas de adestramento polivalente do contorno do IES a Guía.