

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
MP1150	Actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical	2024/2025	7	123	147

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

Profesorado responsable

Profesorado asignado ao módulo	VÍCTOR ELADIO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ
Outro profesorado	

Estado: Pendente de supervisión inspector

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

O desenvolvemento deste currículo, ten por obxecto o establecemento do título de Técnico Superior en acondicionamento físico, con carácter oficial e validez en todo o territorio nacional, así como dos seus correspondentes ensinos mínimos. O perfil profesional do título de Técnico Superior en acondicionamento físico, queda determinado pola súa competencia xeral, as súas competencias profesionais, persoais e sociais, e pola relación de cualificacións do Catálogo Nacional de Cualificacións Profesionais incluídas no título. As cualificacións e unidades de competencia do Catálogo Nacional de Cualificacións Profesionais incluídas no título son : Acondicionamento físico en sala de adestramento polivalente AFD097_3, Acondicionamento Físico en grupo con soporte musical AFD162_3 e Fitness acuático e hidrocinesia AFD511_3.

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	Introducción. Origen y Evolución del Fitness	Orígenes y Evolución del Fitness hasta nuestros días. Nuevas Tendencias	6	5
2	Actividades Dirigidas con Soporte Musical. Aeróbic y Step Avanzado	Evolución del Aeróbic y el Step. Metodologías avanzadas.	36	20
3	Actividades Dirigidas para el Acondicionamiento Físico	Actividades especializadas para el acondicionamiento físico en grupo con soporte musical	38	25
4	Actividades Dirigidas con Máquinas Cíclicas	Actividades especializadas de acondicionamiento físico con máquinas cíclicas, en grupo y con soporte musical	32	25
5	Actividades Dirigidas de Crosstraining y modalidades afines	Actividades especializadas de entrenamiento funcional para el acondicionamiento físico en grupo	35	25

4. Por cada unidade didáctica

4.1.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
1	Introducción. Origen y Evolución del Fitness	6

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo	NO

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbense os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.2 Analízase a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical

4.1.e) Contidos

Contidos
Novas tendencias do fitness. Foros autorizados, publicacións, revistas e outras fontes bibliográficas ou na rede, do ámbito do fitness e das actividades de acondicionamento físico con soporte musical.
Innovación en actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Diferenzas entre as propostas novas e as xa existentes. Evolución das novas tendencias do fitness.

4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	Actividades Dirigidas con Soporte Musical. Aeróbic y Step Avanzado	36

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade	SI
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade	SI
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas	SI

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbense os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.2 Analízase a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.3 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.4 Analízanse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.5 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades
CA1.6 Enuméranse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relaciónanse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbense os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e dos medios dispoñibles
CA2.2 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo, nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.3 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir a seguridade e desenvolver os eventos e programas de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.4 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención e a motivación a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.5 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante
CA2.6 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Selecionouse o soporte musical adecuado ao estilo de cada modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Aplicáronse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión

Criterios de avaliación
CA3.3 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.4 Prevíronse adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA3.5 Determinouse a metodoloxía específica que se emprega na ensinanza das coreografías de actividades especializadas
CA3.6 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.7 Descríronse os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en condicións de seguridade
CA5.2 Informouse sobre o desenvolvemento da sesión, sobre a utilización de aparellos e material, e sobre a importancia dunha vestimenta e uns complementos adecuados a cada actividade
CA5.3 Demostrouse e explicouse a técnica correcta de cada exercicio, así como os erros máis comúns na súa execución
CA5.4 Adaptouse o nivel de intensidade e de dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade
CA5.6 Identifícaronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias
CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión
CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

4.2.e) Contidos

Contidos
Novas tendencias do fitness. Foros autorizados, publicacións, revistas e outras fontes bibliográficas ou na rede, do ámbito do fitness e das actividades de acondicionamento físico con soporte musical.
Innovación en actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Diferenzas entre as propostas novas e as xa existentes. Evolución das novas tendencias do fitness.
Perfis das persoas usuarias e novas propostas de actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Exixencias fisiolóxicas e biomecánicas das novas propostas de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Graos de dificultade. Control postural.
Actividades especializadas de acondicionamento en grupo. Aeróbic avanzado. Step e aerobox. Hip hop. Cicloindoor. Crosstraining e modalidades afíns. Técnicas específicas.
Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.
Equipamentos e materiais específicos para as actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Parámetros de uso seguro.
Procedementos e técnicas de programación e periodización no ámbito do acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Métodos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades especializadas con soporte musical. Obxectivos específicos.
Variables de dificultade e intensidade nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Adaptación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes ou usuarias.
Accesibilidade. Adaptación de accesos e de espazos de práctica para todos os tipos de persoas usuarias nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Barreiras arquitectónicas e a súa eliminación.
Elementos de seguridade específicos das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Avaliación de programas de acondicionamento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación e procedemento para a interpretación de resultados.
Equipamentos e aplicacións informáticas. Software específico para a programación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Soporte musical. Velocidade e estilo en función do tipo de actividade especializada de acondicionamento físico en grupo.
Composición de coreografías. Estilos e modalidades das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Últimas tendencias. Xestos técnicos específicos e adaptados aos diferentes estilos e modalidades.
Estrutura da sesión nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión.
Metodoloxía específica de ensinanza de coreografías das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Adaptacións técnicas nas coreografías para a transición dun estilo a outro.
Medios audiovisuais. Medios informáticos. Hardware e software específicos.

Contidos
<p>Representación gráfica e escrita de coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.</p> <p>Deseño de instrumentos para a avaliación da sesión.</p> <p>Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.</p> <p>Sistemática de execución, estrutura e variantes. Erros de execución máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic avanzado, o step, o aerobox, o hip hop, o cicloindoor, o kranking, o crosstraining e as modalidades afíns. Pautas para os detectar.</p> <p>Supervisión do uso dos materiais e aparellos.</p> <p>Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical: aeróbic avanzado, step, aerobox, hip hop, kranking, cicloindoor, crosstraining e modalidades afíns.</p> <p>Integración da demostración dos elementos técnicos coa observación das persoas participantes, a detección de erros e a comunicación de consignas.</p> <p>Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreografadas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelos complexos. Modelos avanzados. Novas tendencias.</p>

4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	Actividades Dirigidas para el Acondicionamiento Físico	38

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade	SI
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade	SI
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas	SI

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbense os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical

Criterios de avaliación
CA1.2 Analizouse a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.3 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.4 Analizáronse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.5 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relacionáronse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbense os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e dos medios dispoñibles
CA2.2 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo, nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.3 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir a seguridade e desenvolver os eventos e programas de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.4 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención e a motivación a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.5 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante
CA2.6 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Selecionouse o soporte musical adecuado ao estilo de cada modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Aplícanse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.3 Combináronse os pasos básicos e as súas variantes na elaboración das secuencias ou composicións coreográficas das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.4 Prevíronse adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica

Criterios de avaliación
CA3.5 Determinouse a metodoloxía específica que se emprega na ensinanza das coreografías de actividades especializadas
CA3.6 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións
CA3.7 Descríronse os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en condicións de seguridade
CA5.2 Informouse sobre o desenvolvemento da sesión, sobre a utilización de aparellos e material, e sobre a importancia dunha vestimenta e uns complementos adecuados a cada actividade
CA5.3 Demostrouse e explicouse a técnica correcta de cada exercicio, así como os erros máis comúns na súa execución
CA5.4 Adaptouse o nivel de intensidade e de dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade
CA5.6 Identifícaronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias
CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión
CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

4.3.e) Contidos

Contidos
Novas tendencias do fitness. Foros autorizados, publicacións, revistas e outras fontes bibliográficas ou na rede, do ámbito do fitness e das actividades de acondicionamento físico con soporte musical.
Innovación en actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Diferenzas entre as propostas novas e as xa existentes. Evolución das novas tendencias do fitness.
Perfis das persoas usuarias e novas propostas de actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Contidos

Exixencias fisiolóxicas e biomecánicas das novas propostas de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Graos de dificultade. Control postural.

Actividades especializadas de acondicionamento en grupo. Aeróbic avanzado. Step e aerobox. Hip hop. Cicloindoor. Crosstraining e modalidades afíns. Técnicas específicas.

Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.

Equipamentos e materiais específicos para as actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Parámetros de uso seguro.

Procedementos e técnicas de programación e periodización no ámbito do acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Métodos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades especializadas con soporte musical. Obxectivos específicos.

Variables de dificultade e intensidade nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Adaptación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes ou usuarias.

Accesibilidade. Adaptación de accesos e de espazos de práctica para todos os tipos de persoas usuarias nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Barreiras arquitectónicas e a súa eliminación.

Elementos de seguridade específicos das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Avaliación de programas de acondicionamento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación e procedemento para a interpretación de resultados.

Equipamentos e aplicacións informáticas. Software específico para a programación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Soporte musical. Velocidade e estilo en función do tipo de actividade especializada de acondicionamento físico en grupo.

Composición de coreografías. Estilos e modalidades das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Últimas tendencias. Xestos técnicos específicos e adaptados aos diferentes estilos e modalidades.

Estrutura da sesión nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Progresión coreografada na estrutura da sesión.

Metodoloxía específica de ensinanza de coreografías das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Adaptacións técnicas nas coreografías para a transición dun estilo a outro.

Medios audiovisuais. Medios informáticos. Hardware e software específicos.

Representación gráfica e escrita de coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Deseño de instrumentos para a avaliación da sesión.

Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.

Sistemática de execución, estrutura e variantes. Erros de execución máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic avanzado, o step, o aerobox, o hip hop, o cicloindoor, o kranking, o crosstraining e as modalidades afíns. Pautas para os detectar.

Contidos
Supervisión do uso dos materiais e aparellos.
Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical: aeróbic avanzado, step, aerobox, hip hop, kranking, cicloindoor, crosstraining e modalidades afíns.
Integración da demostración dos elementos técnicos coa observación das persoas participantes, a detección de erros e a comunicación de consignas.
Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreografadas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelos complexos. Modelos avanzados. Novas tendencias.

4.4.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
4	Actividades Dirigidas con Máquinas Cíclicas	32

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade	SI
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade	NO
RA4 - Deseña coreografías de actividades con máquinas cíclicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis de persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade	SI
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas	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 Descríbense os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.2 Analízase a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.3 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical

Criterios de avaliación
CA1.4 Analizáronse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.5 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relacionáronse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbense os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e dos medios dispoñibles
CA2.2 Establecéronse series coreografadas por niveis de intensidade e de dificultade, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo, nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musi
CA2.3 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios para garantir a seguridade e desenvolver os eventos e programas de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musica
CA2.4 Establecéronse as estratexias de instrución e de comunicación, así como as súas adaptacións, para facilitar a atención e a motivación a diferentes tipos de persoas usuarias
CA2.5 Descríbense os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante
CA2.6 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Selecionouse o soporte musical adecuado ao estilo de cada modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Aplícanse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.7 Descríbense os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA4.1 Selecionouse o soporte musical adecuado ao estilo, á intensidade e á duración de cada fase e da sesión con máquinas cíclicas
CA4.2 Aplícanse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia con máquinas cíclicas, tendo en conta a relación dos obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión

Criterios de avaliación
CA4.3 Establecéronse as posicións e os movementos asociados aos niveis de intensidade e as súas variantes, na elaboración das secuencias ou composicións con máquinas cíclicas
CA4.4 Descríbense adaptacións para atender aos niveis de competencia motriz dos compoñentes do grupo ao que se dirixe a composición coreográfica
CA4.5 Utilizáronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Analizouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en condicións de seguridade
CA5.2 Informouse sobre o desenvolvemento da sesión, sobre a utilización de aparellos e material, e sobre a importancia dunha vestimenta e uns complementos adecuados a cada actividade
CA5.3 Demostrouse e explicouse a técnica correcta de cada exercicio, así como os erros máis comúns na súa execución
CA5.4 Adaptouse o nivel de intensidade e de dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.5 Supervisáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade
CA5.6 Identifícaronse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias
CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión
CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

4.4.e) Contidos

Contidos
Novas tendencias do fitness. Foros autorizados, publicacións, revistas e outras fontes bibliográficas ou na rede, do ámbito do fitness e das actividades de acondicionamento físico con soporte musical.
Innovación en actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Diferenzas entre as propostas novas e as xa existentes. Evolución das novas tendencias do fitness.
Perfis das persoas usuarias e novas propostas de actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical.
Exixencias fisiolóxicas e biomecánicas das novas propostas de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Graos de dificultade. Control postural.

Contidos

Actividades especializadas de acondicionamento en grupo. Aeróbic avanzado. Step e aerobox. Hip hop. Cicloindoor. Crosstraining e modalidades afíns. Técnicas específicas.

Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.

Equipamentos e materiais específicos para as actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Parámetros de uso seguro.

Procedementos e técnicas de programación e periodización no ámbito do acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Métodos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades especializadas con soporte musical. Obxectivos específicos.

Variables de dificultade e intensidade nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Adaptación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes ou usuarias.

Estratexias de instrución efectivas utilizadas nas actividades coreografadas e actividades con máquinas cíclicas.

Accesibilidade. Adaptación de accesos e de espazos de práctica para todos os tipos de persoas usuarias nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Barreiras arquitectónicas e a súa eliminación.

Elementos de seguridade específicos das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Avaliación de programas de acondicionamento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación e procedemento para a interpretación de resultados.

Equipamentos e aplicacións informáticas. Software específico para a programación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Soporte musical. Velocidade e estilo en función do tipo de actividade especializada de acondicionamento físico en grupo.

Medios audiovisuais. Medios informáticos. Hardware e software específicos.

Deseño de instrumentos para a avaliación da sesión.

Soporte musical. Velocidade e estilo da música en función da fase da sesión de actividades con máquinas cíclicas.

Composición de secuencias de actividades de acondicionamento físico con máquinas cíclicas. Variables que modulan a intensidade. Adaptación dos movementos e ritmos de execución ás diferentes intensidades: subidas, baixadas e planos.

Movementos e ritmos de execución específicos das actividades con máquinas cíclicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Adaptacións técnicas para a transformación de coreografías dun aparello a outro.

Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.

Sistemática de execución, estrutura e variantes. Erros de execución máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic avanzado, o step, o aerobox, o hip hop, o cicloindoor, o kranking, o crosstraining e as modalidades afíns. Pautas para os detectar.

Supervisión do uso dos materiais e aparellos.

Contidos
Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical: aeróbic avanzado, step, aerobox, hip hop, kranking, cicloindoor, crosstraining e modalidades afíns.
Integración da demostración dos elementos técnicos coa observación das persoas participantes, a detección de erros e a comunicación de consignas.
Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreografadas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelos complexos. Modelos avanzados. Novas tendencias.

4.5.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
5	Actividades Dirigidas de Crosstraining y modalidades afines	35

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, valorando os procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Programa actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, tendo en conta as necesidades das persoas participantes ou usuarias e os elementos específicos de cada actividade	NO
RA3 - Deseña coreografías de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en función dos niveis das persoas participantes ou usuarias e do estilo de cada modalidade	NO
RA5 - Dirixe sesións de actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical, demostrando as técnicas de execución seleccionadas	SI

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

Criterios de avaliación
CA1.1 Descríbense os aspectos técnicos e os efectos das actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.2 Analízase a dificultade de execución das técnicas propias de cada actividade especializada para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA1.3 Descríbense as bases dun correcto control postural nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.4 Analízanse as adaptacións fisiolóxicas ao traballo realizado e as súas implicacións para a mellora da calidade de vida e da saúde, nas actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical
CA1.5 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades

Criterios de avaliación
CA1.6 Enumeráronse as contraindicacións absolutas e relativas á práctica de diferentes modalidades e estilos
CA1.7 Relacionáronse as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical con posibles tipoloxías e niveis das persoas participantes ou usuarias máis habituais
CA1.8 Descríbóronse os parámetros de seguridade no uso dos equipamentos e materiais, e na execución das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA2.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical e dos medios dispoñibles
CA2.5 Descríbóronse os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de actividades específicas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante
CA2.6 Descríbóronse os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA2.7 Utilizáronse os equipamentos e as aplicacións informáticas específicas para a elaboración dos programas
CA3.1 Seleccioneuse o soporte musical adecuado ao estilo de cada modalidade, á intensidade e á duración da secuencia ou composición coreográfica e da sesión
CA3.2 Aplícanse criterios fisiolóxicos, biomecánicos e de motivación na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións, relacionando os obxectivos de mellora das capacidades físicas co volume, a intensidade e a dificultade de cada fase da sesión
CA3.7 Descríbóronse os materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares en función das características de cada actividade de acondicionamento físico en grupo con soporte musical
CA3.8 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Analízase a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical, en condicións de seguridade
CA5.2 Informouse sobre o desenvolvemento da sesión, sobre a utilización de aparellos e material, e sobre a importancia dunha vestimenta e uns complementos adecuados a cada actividade
CA5.3 Demostrouse e explicouse a técnica correcta de cada exercicio, así como os erros máis comúns na súa execución
CA5.4 Adaptouse o nivel de intensidade e de dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.5 Supervísáronse a indumentaria e os complementos das persoas participantes para garantir a funcionalidade, o confort e a seguridade ao realizar a actividade
CA5.6 Identifícanse os signos de fatiga e sobrecarga, así como os erros na execución dos pasos, e déronse as indicacións oportunas para a súa corrección
CA5.7 Utilizáronse e supervisáronse os aparellos e os materiais indicados para cada actividade, e detectáronse posibles incidencias

Crterios de avaliación

CA5.8 Utilizáronse os códigos xestuais ou verbais para transmitir as indicacións ás persoas compoñentes do grupo, sen interromper o desenvolvemento da sesión

CA5.9 Dirixíronse as secuencias coreográficas de xeito activo e dinámico, propiciando a desinhibición e a participación

CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión

4.5.e) Contidos
Contidos

Novas tendencias do fitness. Foros autorizados, publicacións, revistas e outras fontes bibliográficas ou na rede, do ámbito do fitness e das actividades de acondicionamento físico con soporte musical.

Innovación en actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Diferenzas entre as propostas novas e as xa existentes. Evolución das novas tendencias do fitness.

Perfis das persoas usuarias e novas propostas de actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Exixencias fisiolóxicas e biomecánicas das novas propostas de actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Graos de dificultade. Control postural.

Actividades especializadas de acondicionamento en grupo. Aeróbic avanzado. Step e aerobox. Hip hop. Cicloindoor. Crosstraining e modalidades afíns. Técnicas específicas.

Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Signos de fatiga e sobrecarga. Execucións potencialmente lesivas.

Equipamentos e materiais específicos para as actividades especializadas para o acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Parámetros de uso seguro.

Procedementos e técnicas de programación e periodización no ámbito do acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

0 Instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Métodos para o desenvolvemento das capacidades condicionais a través de actividades especializadas con soporte musical. Obxectivos específicos.

Adaptación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical ás posibilidades de execución das persoas participantes ou usuarias.

Accesibilidade. Adaptación de accesos e de espazos de práctica para todos os tipos de persoas usuarias nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical. Barreiras arquitectónicas e a súa eliminación.

Elementos de seguridade específicos das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Avaliación de programas de acondicionamento físico con soporte musical. Indicadores, instrumentos, técnicas, secuencias de aplicación e procedemento para a interpretación de resultados.

Equipamentos e aplicacións informáticas. Software específico para a programación das actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical.

Medios audiovisuais. Medios informáticos. Hardware e software específicos.

Contidos

Deseño de instrumentos para a avaliación da sesión.

Mantemento operativo de instalacións, aparellos e elementos propios das actividades especializadas de acondicionamento físico con soporte musical. Procedementos de verificación de condicións de seguridade e de utilización.

Sistemática de execución, estrutura e variantes. Erros de execución máis comúns nos xestos técnicos do aeróbic avanzado, o step, o aerobox, o hip hop, o cicloindoor, o kranking, o crosstraining e as modalidades afíns. Pautas para os detectar.

Supervisión do uso dos materiais e aparellos.

Estratexias de instrución e motivación cara á execución nas actividades especializadas de acondicionamento físico en grupo con soporte musical: aeróbic avanzado, step, aerobox, hip hop, kranking, cicloindoor, crosstraining e modalidades afíns.

Integración da demostración dos elementos técnicos coa observación das persoas participantes, a detección de erros e a comunicación de consignas.

Metodoloxía específica de aprendizaxe de secuencias e composicións coreografadas. Modelo das progresións para a ensinanza das series coreografadas. Modelos complexos. Modelos avanzados. Novas tendencias.

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

Mínimos Exixibles: Deberase alcanzar una cualificación de 5 sobre 10 puntos, tendo presente os criterios de cualificación.

Criterios de cualificación: Avaliación ordinaria. Probas escritas, prácticas e audiovisuais, baseadas nos R.A. do currículo.

1. Probas Escritas, Traballos con soporte musical, Tarefas, Montaxe de música, Análise e comprensión de contidos do módulo, Programación, Deseño de coreografías, Transcripcións, Grabación de vídeos, etc. 40%

2. Probas Prácticas, Demonstración, Dirección e Dinamización de coreografías e/ou sesións con Actividades Especializadas de Acondicionamento Físico con Soporte Musical: Aeróbic e Step avanzado, PodyPump, Entrenamento en Suspensión, Ciclo Indoor e CrossTraining. 50%

3. A Participación, Asistencia, Puntualidade, responsabilidade e compromiso á hora de asistir e participar nas sesións teóricas e prácticas, e imprescindible para superar este módulo. Todas as sesións realizadas, tanto na aula como nas salas fitness, son esenciais para acadar os obxectivos. 10%

As porcentaxes establecidas para cada apartado, poderán variar según o número de tarefas, probas teóricas e prácticas, etc que se veñan realizando cada trimestre. A realización de ditas probas e tarefas, tanto teóricas como prácticas, estarán adaptadas ao ritmo de aprendizaxe do alumnado, poidendo variar entre un 10% e un 20% as porcentaxes de cada apartado, según a avaliación.

Poderase grabar por parte do profesorado ou polo alumno, se así o indicase o profesor, as coreografías ou sesións prácticas para poder ser avaliadas posteriormente.

Criterios de cualificación parciais:

Por cada UT impartida ao longo do curso, o alumno terá unha cualificación numérica de 0 a 10 con 2 decimais, que surde como consecuencia de realizar unhas probas escritas, probas prácticas, exercicios, traballos e presentacións de cada U.T., xunto cos datos recopilados no cuaderno do profesor.

Probas Escritas: Constituen o 40% da cualificación da U.T. O alumno deberá realizar obrigatoriamente e de forma individual ditas probas. Para superar os contidos teóricos de cada parcial, o alumno deberá sacar en cada proba, 4 puntos ou máis. Do contrario, poderá recuperar as probas teóricas pendentes, na proba final de xuño.

Probas Prácticas: Constitue o 50% da cualificación da U.T. Realización de prácticas, traballos, exposicións, fichas, vídeos, etc. Faise a media aritmética de todas as prácticas relacionadas coa U.T.. Deberanse realizar

obligatoriamente de forma individual y/o en equipo e presentadas no tempo estipulado. Se a actividade no está realizada, calificarase con un 0, e se en entregada o levada a cabo fora do prazo sinaladao, terá a metade do seu valor.

Caderno do profesor: Constitue o 10% da calificación da U.T. No que se leva o rexistro de asistencia por parte do alumno/a, atrasos, xustificación de faltas. ademais se anotará a responsabilidade deste no traballo individual e en equipo, a súa actitude na clase, o respecto e colaboración cos compañeiros e co profesor, o interese e a motivación mostrado polo alumno/a hacia os contidos impartidos no módulo, a participación na clase e as tarefas voluntarias. Os traballo entregados no prazo. Terase en conta a conservación do material e instalacións, o cumprimento das normas de seguridade e salud nas instalacións

O parcial será superado, sempre e cando o resultado da media dos tres elementos evaluables sumen 5 ou máis puntos.

Os alumnos que teñan algunha práctica ou exposición sen facer, ou traballo e tarefas sen entregar ou que deban repetir, terán que facelo antes da avaliación final de marzo, para poder ser avaliados positivamente. Antes da proba final de marzo, os alumnos que teñan algunha parte teórica pendente, poderán presentarse para superala, así mesmo, deberán as tarefas pendentes que non entregase, realizase ou non superase ao longo do curso.

Os alumnos que xa teñan o módulo superado e queiran subir a nota media final, poderán facer igualmente a proba de marzo, ou se é o caso presentar un traballo ou tarefa acordada co profesor. No caso de se presentar a subir nota, terán que facelo con toda a materia, e só poderán subir a súa nota ata un punto. Se o resultado da proba non fose positivo, non lle afectará na nota que teña. No caso de que este alumnado quixera optar a máxima nota, deberá facer tanto a proba escrita final e as probas prácticas avaliadas durante o curso. No caso de que o resultado das probas non fose superior ao que xa tiña, non lle afectaría a media final.

As porcentaxes indicadas anteriormente poderán sufrir algunha modificación, dependendo do desenvolvemento das diferentes unidades temáticas, a posta en práctica dos contidos e a tarefas realizadas e entregadas en prazo. Polo que o 50% poderá ser do 40%, o 30% de 40% e o 20% de 10%. Axustando finalmente os distintos apartados ata chegar ó 100% da nota total.

6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación

As probas escritas ou prácticas, así como as tarefas a desenvolver, realizaranse seguindo os criterios de avaliación establecidos e acadando os mínimos exixibles, atendendo a cada alumno ou alumna de forma individualizada.

As probas escritas dos contidos teóricos e prácticos correspondentes a cada Unidade Didáctica, deberán superar unha nota de 4 puntos sobre 10 para eliminar dita materia. No caso de que nalgunha das probas a porcentaxe do total de alumnos que non superan os catro puntos, sexa do 50% ou máis, farase unha nova proba de recuperación, dándoselles de novo a oportunidade de superar a unidade didáctica e así non deixalo para a proba final de marzo. Neste caso, o alumno que repita a proba terá a opción de sacar un máximo de 5 puntos. Si un alumno se presentara a subir nota a unha proba parcial (no caso de que houbera dita opción), anularía a nota da proba anterior. Polo que lle quedaría a nota da última proba, sexa esta superior ou inferior. Non sendo así na proba final de marzo, que estando apto y se presentara a subir nota, si no superara dita nota o fose inferior, quedaríalle a que tiña.

Os alumnos que teñan algunha práctica ou exposición sen facer, ou traballos e tarefas sen entregar, ou que deban repetir, terán que facelo antes da avaliación final de marzo, para poder seren avaliados positivamente.

Na proba final de marzo, os alumnos que teñan algunha parte teórica ou práctica ou tarefa pendente, terán que presentarse para superala, e así poder facer a media final. Os resto dos alumnos, que teñan superadas todas as partes teóricas e prácticas, entregadas as tarefas e cunha nota superior a 5 puntos na nota final, poderánse presentar a subir nota a toda a materia en marzo, optando a subir ata 1 punto a media

final, se o alumno non supera a media adquirida con anterioridade ou fose inferior a esta, quedará coa nota que tiña antes de ser avaliado.

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

O alumno que perda o dereito á avaliación continua durante o curso, deberá presentarse a dúas probas, unha teórica e outra práctica, ademais de entregar o día da proba os traballos correspondentes a cada trimestre.

- Proba Escrita: Realizará un test de 60 preguntas tipo test correspondentes aos contidos impartidos durante os dous trimestres. 30 preguntas por trimestre. Deberá acadar como mínimo un 40% para superar a materia e sumar a porcentaxe dos outro dous apartados.

- Proba Práctica: Execución e explicación dunha sesión práctica onde demostrará o dominio das técnicas básicas de actividades dirixidas con soporte musical, Aeróbic, Step, Body tono e crosstraining. Adicará 15' para cada unha das partes.

- Traballo a entregar: O día da proba práctica entregará un tipo de sesión de cada unha das modalidades anteriores, xunto cunha sesión de cicloindoor. As que deberá explicar brevemente no momento da súa entrega, e se fose o caso, responderá as preguntas que se lle faga en relación a ditas sesións.

A valoración final será o resultado da suma das tres partes, onde a parte teórica será un 60%, a práctica un 30% e os traballos un 10%.

Para seren avaliados positivamente, deberán entregar e realizar as tres partes.

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

Ao final de cada trimestre, entregaranse aos alumnos uns cuestionarios anónimos, que versarán sobre os contidos desenvolvidos, obxectivos acadados, distribución dos contidos teóricos e prácticos, soportes e recursos ofertados, criterios e resultados da avaliación, así como cuestións referentes á práctica docente, comunicación, dominio da materia, control e dirección do grupo clase, etc.

Os datos recabados, contrastaranse coa programación e tomarase nota para a seguinte valoración e reaxuste da programación de cara ao curso seguinte.

8. Medidas de atención á diversidade

8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial

Unha vez presentado o curso e módulo formativo a desenvolver, na presentación da primeira unidade didáctica, pasaremos un cuestionario ou farase unha presentación para debatir sobre conceptos teóricos e prácticos sobre os que versa o módulo formativo. Deste xeito podemos acadar información importante sobre os coñecementos cos que contan os alumnos relacionados co módulo e a súa experiencia neste sector, tanto como usuarios, afeccionados ou profesionais do ramo. Así mesmo, terase en conta a súa destreza cos soportes informáticos, plataformas educativas e outros recursos que iremos introducindo ao longo do curso para mellorar a calidade do ensino, e facilitar o proceso de ensino-aprendizaxe.

Toda a información acadada do proceso da avaliación inicial, será de gran interés , para saber o punto de partida en relación ao nivel do alumnado, coñecer as súas debilidades e fortalezas, para poder axustar os futuros aprendizaxes atendendo ás necesidades de cada alumno e do grupo en xeral.

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

Para os alumno que non respondan globalmente aos obxectivos programados, levaranse a cabo unha serie de medidas de reforzo educativo dende o primeiro momento:

- Para os alumnos que por motivo xustifico precisen máis tempo do estipulado para a realización tanto de probas físicas, teóricas ou entrega de tarefas, ampliarase o tempo ou o prazo de entrega, previamente acordado con é.
- Para os alumnos que non superen algún apartado avaliable do trimestre, quedaralle pendente esa parte para a proba final de curso, onde se presentará só as partes non superadas, conservándolle os apartados xa aprobados.
- Para os alumnos que non máis dificultades teñan á hora de realizar as prácticas, facilitaranse estratexias para que poda seguir practicando e que finalmente acade os mínimos esixibles.
- Para os alumnos que teñan dificultades para acceder aos soportes informáticos para facer e entregar as tarefas, facilitarase un ordenador con acceso a internet nas horas de lecer ou accedendo ao centro pola tarde á biblioteca.

9. Aspectos transversais

9.a) Programación da educación en valores

Os temas transversais, fanse imprescindibles á hora de mellorar a empregabilidade do alumnado. Aínda que as competencias técnicas específicas son esenciais para o exercicio dunha profesión, son insuficientes para executarlal con eficacia e eficiencia. As competencias técnicas, os profesionais teñen que contar cunha serie de competencias transversais. Son xenéricas, e comúns á maioría das profesións e que poden aplicarse a moitas facetas da vida e do traballo.

1.- Tecnoloxías da información e da comunicación.

Máis aló de adquirir destreza no manexo de equipos informáticos, os alumnos deben aprender a usar de xeito eficaz os medios de información e comunicación actuais. en concreto, as habilidades que pretendemos desenvolver son:

- Saber organizar e planificar o tempo de traballo.
- Valorar e seleccionar a información de xeito axeitado.
- Reflexionar sobre as vantaxas e inconvenientes do seu uso , así coma os riscos que pode ter.
- Respetar as normas acerca do uso da información e a creación, autoría e as fontes.

As estratexias que plantexo para levar esto a cabo van ligadas as metodoloxías de ensino establecidas previamente:

Las estrategias que planteo para llevar esto a cabo van ligadas a las metodologías de

- Propor traballos de investigación, coma no caso de obradoiros.
- Uso do correo electrónico como medio de comunicación entre os alumnos e o profesor e entre los propios alumnos, á hora de traballar en equipo.
- Uso das aplicacións de google como drive, presentacións, documentos, etc.
- Uso da plataforma de schoology para a presentación de contidos, tarefas, entrega de tarefas, etc.
- Entrega de traballos en soporte informático.
- Proponer la realización de las exposiciones oráis a partires de presentacións de Google, PowerPoint o Prezi.

2.- O traballo en equipo.

Implica, por un lado, a capacidade para traballar con outras persoas de forma complementaria, coordinada, comunicativa e comprometida na consecución dun obxectivo común, e por outro, o desenvolvemento de liderazgo ou a capacidade de xestionar as habilidades individuais para poder formar un grupo armónico, equilibrado e motivado, fomentando lealtade e confianza entre os seus membros.

O único xeito de acadar isto é mediante a práctica. Polo que se propón varias actividades ao longo do curso para realizar en grupo ou parellas, onde o alumno desenvolverá os diferentes roles, sendo estes comprendidos por todos.

Outro xeito de fomentar a participación activa de todos os membros é a incorporación do factor de autoavaliación, xa que non basta con que o traballo esté ben, senon que a nota de cada quen depende do seu desempeño.

3. Educación en Valores

A educación en valores segue sendo tan importante como no ensino obrigatorio. Hai que facer chegar os valores aos alumnos dende o punto de vista aplicado a súa futura labor, polo que os alumnos teñen que ser conscientes das implicacións moráis e sociáis das diferentes actividades que realicen e que saiban recoñecer e respetar os límites sociáis e moráis dos diferentes proxectos e traballos. En resumo, que adquiran ética profesional. O tratamento destes temas levarase a cabo ao longo de todo o curso, relacionando cada contido coas súas posibles consecuencias a nivel ético.

Os alumnos deben saber recoñecer, apreciar e respetar as diferencias culturáis e as costumes de outras comunidades co obxectivo de poder enriquecer o traballo común para que estas diferencias non representen un obstáculo, senon un valor engadido. O xeito de traballar isto é día a día, na aual, a través do traballo en equipo e a aprendizaxe cooperativa.

4. Habilidades Sociáis

Estas son algunhas das habilidades que son especialmente útiles en un entorno profesional

- Habilidades formativas básicas: capacidade de ensinar a outro e transferir información de xeito claro e comprensible.
- Comunicación oral e escrita: habilidade para expor os contidos que se queiran transmitir, xa sexa de forma oral ou escrita, utilizando un estilo e vocabulario axeitados.
- Negociación: habilidade para planificar, desenvolver e pechar unah transacción de xeito satisfactorio para todas as partes participantes.

Para levar isto a cabo serviríeme das metodoloxías de traballo en equipo e aprendizaxe cooperativa, que son as que favorecen a comunicación e interacción entre os alumnos.

5. Habilidades Personais.

Ao longo do curso, brindarase aos alumnos en numerosas ocasións a oportunidade de traballar de forma libre, seguindo o seu propio ritmo de traballo, co obxectivo de potenciar a súa autonomía e desenvolver algunha das cualidades:

- Organización e planificación
- Toma de decisións
- Adaptación a novas situacións.

6. Espírito emprendedor, innovación e investigación

O ciclo xa contempla o módulo Empresa e iniciativa emprendedora, polo que gran parte dos contidos quedan cubertos por este módulo. O espírito emprendedor debe trascender do ámbito empresarial e ser sinónimo de ter iniciativa e creatividade.

Os alumnos deben desenvolver un pensamento crítico, que lles permita identificar e xustificar os puntos fortes e flebes dun contido ou traballo, xa sexa realizado por eles mesmos o por terceiros, sen deixar de ser curiosos e investigar. Tamén han de ser capaces de xerar coñecementos novos e innovadores, así como saber buscar os recursos e medios necesarios para poder levar estas novas ideas á práctica, sabendo manter os pes na terra e dotar aos seus proxectos de coherencia e unha dose de realidade. Estas aptitudes impulsaranse mediante o emprego de metodoloxías activas e constructivistas nas que o alumno é o artífice do seu propio aprendizaxe: obradoiros, traballos de investigación e elaboración de proxectos.

9.b) Actividades complementarias e extraescolares

Coa programación das actividades complementarias e extraescolares, plantéxase acadar os seguintes obxectivos entre outros:

- Complementar os contidos dos coñecementos teóricos e prácticos que se imparten na aula.
- Coñecer realidades non accesibles dende a aula.
- Desenvolver as capacidades humanas
- Dinamizar a vida do centro.
- Promover a participación dos alumnos/as e do profesorado na vida do centro e do entorno.
- Desenvolver a creatividade dos alumnos facilitando os medio e técnicas necesarios.
- Atender ás expectativas e propostas dos alumnos en relación ás actividades extraescolares e complementarias.
- Favorecer o respecto e a tolerancia ante a diversidade de culturas, reencias e razas.
- Contribuir ao desenvolvemento cultural do entorno, fomentando o coñecemento e a utilización dos recursos do barrio e da cidade que , de forma directa ou indirecta supoñen un referente y/o apoio no proceso educativo.
- Fomentar a participación do profesorado nas diversas actividades, fomenando a súa motivación e invitándoos a realizar propostas.

- Familiarización do alumnado con acontecementos culturais, deportivos e sociáis.

As actividades complementarias non levarán custe algún por parte do alumno e serán de obriga participación. As actividades extraescolares serán de recomendable participación por parte do alumnado e poden levar un custe, que en ocasións poderá ser asumido parcialmente polo departamento de vicedirección, orientación ou educación física.

As saídas a levar a cabo por parte do módulo serán as oportunas e necesarias, sempre que afecte o menos posible o desenvolvemento das clases. Dentro das saídas a levar a cabo, contamos coa participación en actividades relacionadas co módulo en centros especializados da contorna ou da cidades, impartida por profesionáis do ramo. A celebración de días ou datas significativas e conmemorativas organizados xunto co departamento de orientación ou vicedirección, serán levadas a cabo durante o horario lectivo coa obriga de participar nelas. Entre estas actividades contaremos con charlas divulgativas, conferencias, proxección de vídeos no salón de actos, etc. A temática será programada polo departamento de educación física, orientación, vicedirección ou por organizacións como o concello de Vigo ou cruz vermella, entre outras.

10. Outros apartados

10.1) Instalacións

Dado a peculiaridade do ciclo formativo de Acondicionamento Físico en xeral, e do módulo de Control Postura, bienestar e mantemento funcional, en particular, o uso de instalacións específicas para o desenvolvemento do módulo será imprescindible.

Por unha banda, contaremos coa aula de referencia, que contará co canón e ordenador para impartir as clases teóricas. E xunto coa dotación de 16 ordenadores portátiles podemos levar a cabo unha mellor labor na aula. Se precisáramos máis ordenadores, os alumnos traerían os seus portátiles.

Por outra banda, para poder desenvolver as sesións prácticas durante todo o curso, contamos cunha sala de fitness multiusos, adaptada cun pavimento axeitado para impartir ditas sesións e cunha parede de espellos para facilitar as aprendizaxes.

Se fose preciso, para algunha das sesións temos acceso ás instalacións municipais de Téis, onde contamos cunha sala moito máis grande e mellor acondicionada.

10.2) Materiais

O material empregado para o desenvolvemento deste módulo, por unha banda e sinxelo e lixeiro, e por outra, contamos con material fixo para levar a cabo as prácticas. Contamos cunha dotación completa de accesorios básicos para impartir a parte práctica do módulo.

Contamos cun equipo de música físico na aula fitness e outro portátil para desprazarnos a outras instalacións, para dar as sesións con soporte musical.

Por outra banda, dado as características do módulo, non é posible a dotación de material como bicicletas estáticas, para o que contaremos coa colaboración das instalacións municipais e privadas, para desenvolver os contidos correspondentes.

10.3) Roupas e calzado axeitado

Os alumnos asistirán as clases que se impartan na sala de fitness, con roupa e calzado axeitado, para facilitar a súa práctica, manter a limpeza e cuidado da instalación e materiais e respetar aos compañeiros.

Avisarase con anterioridade aos alumnos cando teñen as sesións prácticas na sala de fitness ou noutra instalación ou cando son na aula de referencia. Así mesmo, avisarase de cando teñen que traer o seu portátil ou outro material que se precise para levar a cabo a sesión seguinte.

10.4) COVID

Debido a situación que estamos a vivir este ano, é preciso realizar modificacións na programación didáctica de aula para o vindeiro curso. Á hora de levar a cabo a programación, atopámonos cunha situación diferente dos cursos pasados. Tanto na situación actual, como nas posibles alteracións futuras, en canto ao protocolo da COVID'19, as restricións que se presenten ou a presencialidade total ou parcial aos centros, lévanos a ter en conta todas as variables que poidan existir. Dentro do posible, e seguindo os protocolos encomendados da Consellería de Educación, así como os específicos da nosa materia, intentaremos desenvolver todos os contidos posibles e acadar os obxetivos programados para este curso. Faranse as modificacións necesarias da programación, atendendo aos tres escenarios posibles:

Escenario 1: Presencialidade Total ás clases seguindo os protocolos correspondentes. No caso das sesións teóricas, os alumnos poderán desenvolver os contidos na aula de referencia, cumprindo todos os protocolos indicados pola Consellería de Educación, así como as adaptacións do centro educativo. Debido as características prácticas do módulo profesional e seguindo as condicións marcadas para as instalacións do centro, así como as cedidas polo Concello, só se poderá impartir ditas sesións coa metade do alumnado. Deste xeito, rotará cada semana a metade do grupo, para asistir ás prácticas, mentres a outra metade, queda na casa facendo as tarefas correspondentes a esa semana.

Escenario 2: Semipresencialidade. No caso das sesións prácticas, seguiremos as indicacións do escenario Nº1. No caso das sesións teóricas, daranse a todo o grupo de forma telemática.

Escenario 3: Confinamento. Levaremos as ensinanzas de forma telemática, do mesmo xeito que se fixo no terceiro trimestre do pasado curso. Seguindo as tarefas teóricas e prácticas segundo a aula virtual e a través de videoconferencias.

No caso de que algún alumno tivera que ausentarse por enfermidade relacionada porla pandemia ou por ser contacto directo cun positivo, e non poidera asistir a algún das probas teóricas ou prácticas, acordarase con él outra data ou a forma de solventar dita avaliación.

10.5) Deportistas de Élite

Pola característica deste ciclo formativo, e frecuente a asistencia de alumnos coa condición de deportista de elite. No caso de que se ausentaran algún día ou días, por cuestións de concentración da selección correspondente, por asistencia a partidos ou por cuestións relacionadas coa súa situación deportiva, terase en conta á hora de desenvolver o curso coa maior normalidade. Por unha parte, a través da plataforma educativa ou o correo para manterse ao tanto dos avances da materia, realización de tarefas ou probas escritas e prácticas a desenvolver. Se se dera o caso de non poder asistir a algunha das probas, ou non poder entregar a tempo as tarefas, etc, falarase co alumno para acordar outra data ou valorar outro xeito de avaliar aqueles contidos teóricos ou prácticos que quedaran pendentes.

A atención prestada ao alumno que poida estar nestas circunstancias, levarase a cabo, sempre e cando éste, xustifique a súa imposibilidade de asistir as diferentes probas ou de entregar as tarefas nas datas establecidas. A maiores, o alumno deberá mostrar interese en todo momento por desenvolver o curso, e non abandonar o módulo por máis dunha semana.

Se lle recomendará ao alumno que se manteña en contacto en todo momento cos compañeiros da clase ou co profesor, para non perder o filo das sesións deste módulo.

No caso de perder o contacto coa materia e non ser posible levalo de forma axeitada, terá a perda da avaliación continua, coma o resto dos alumnos. Polo que terá dereito as probas finais de marzo, onde se examinará de todos os contidos teóricos e prácticos do módulo.

O alumno que xustifique ser deportista de elite poderá presentar o xustificante de faltas por asistencia a campionatos, desprazamentos, concentracións, etc. O total de faltas xustificadas corresponderían ao 25% de

horas de cada módulo.