

**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	CD3AFD000200	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
MP1151	Acondicionamento físico na auga	2024/2025	8	209	250

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

**Profesorado responsable**

Profesorado asignado ao módulo	PAULA FÁTIMA PICHEL GARRIDO
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 superior 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 para sua competencia xeral, as suas 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	Acondicionamento físico. Natación.		80	30
2	Salvamento Acuático.		80	30
3	Fitness acuático		90	40

**4. Por cada unidade didáctica**
**4.1.a) Identificación da unidade didáctica**

N.º	Título da UD	Duración
1	Acondicionamento físico. Natación.	80

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades de fitness acuático, en relación cos procesos de adaptación que provocan no organismo	NO
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	NO
RA3 - Programa actividades de fitness acuático, tendo en conta as necesidades dos distintos perfís de participantes e os espazos de intervención	NO

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA4 - Deseña sesións de fitness acuático, adaptándoas aos obxectivos de referencia e aos medios dispoñibles	NO
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	NO
RA6 - Organiza os recursos implicados no salvamento acuático aplicando técnicas específicas de rescate no medio acuático, en casos simulados de accidente ou situación de emerxencia, seguindo protocolos de prevención, salvamento e rescate	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 as características e as condicións de seguridade nas actividades de fitness acuático
CA1.2 Descríbense a técnica e os puntos clave para a realización das actividades de fitness acuático, e valoráronse os defectos e os erros máis comúns
CA1.3 Destacouse o compoñente preventivo dos aspectos posturais das actividades de fitness acuático en todas as súas modalidades
CA1.4 Analizouse a resposta dos sistemas cardiorrespiratorio, metabólico e músculo-esquelético aos esforzos realizados nas actividades de fitness acuático
CA1.8 Relacionáronse as actividades de fitness acuático coas tipoloxías e os niveis posibles dos perfís máis habituais das persoas participantes
CA1.9 Relacionáronse as condicións do medio acuático cos detalles técnicos e posturais das actividades de fitness acuático
CA2.1 Relacionouse a dotación do espazo acuático cos requisitos das actividades e os eventos de fitness acuático, segundo as últimas tendencias do sector
CA2.2 Definíronse criterios para a organización de horarios de eventos e actividades de fitness acuático e a coordinación con outras áreas e cos/coas técnicos/as, garantindo a seguridade e a optimización do uso dos espazos e dos materiais
CA2.3 Prevíronse as xestións para a celebración de eventos, competicións, concursos e actividades de fitness acuático
CA2.4 Analizáronse as condicións de accesibilidade ao espazo acuático tendo en conta as barreiras arquitectónicas e as adaptacións, co fin de que persoas con problemas de mobilidade poidan participar nas actividades de fitness acuático
CA2.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías nos elementos específicos das actividades de fitness acuático na dotación do espazo acuático
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.7 Determináronse as responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista, e valorouse a súa competencia relativa ao estado das instalacións, dos equipamentos e do material

Criterios de avaliación
CA3.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de fitness acuático e os medios dispoñibles
CA3.3 Prevíronse as axudas necesarias para a participación de persoas con discapacidade e de persoas maiores en actividades de fitness acuático, asumindo os distintos tipos de disfuncionalidade
CA3.5 Establecéronse as estratexias de instrución e comunicación, e as adaptacións destas, para facilitar a atención aos diferentes perfís de participantes, atendendo aos reforzos no logro e as estratexias de motivación cara á execución
CA3.8 Utilizáronse os equipamentos e os recursos informáticos específicos para a elaboración das actividades de fitness adaptados aos diferentes perfís de participantes
CA4.4 Tivéronse en conta as fases da sesión de fitness acuático, aplicando diferentes dinámicas de carga a cada fase da sesión
CA4.5 Definíronse os obxectivos, o material, as canles de comunicación e a metodoloxía da sesión, de acordo coa programación xeral
CA4.7 Prevíronse adaptacións nos materiais e os accesos ás zonas de traballo, para favorecer a participación de persoas con discapacidade e persoas maiores
CA4.8 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións da sesión de fitness acuático, e aplicáronse os soportes, os recursos e os medios máis adecuados para a súa repre
CA4.9 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.2 Comprobouse o estado dos elementos específicos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de fitness acuático
CA5.4 Proporcionouse a información adaptada a cada momento do desenvolvemento da actividade de fitness acuático e a cada perfil de participante, utilizando o tipo de linguaxe adecuado en cada caso
CA5.6 Corrixíronse, nos momentos oportunos, os erros detectados nos movementos ou as posturas, intervindo sobre as súas posibles causas
CA5.8 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.9 Controlouse o uso dos materiais e dos equipamentos, e resolvéronse as continxencias xurdidas
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión
CA6.3 Descríronse as normas que hai que cumprir nas instalacións acuáticas para garantir a convivencia e a seguridade das persoas usuarias, aplicando técnicas de comunicación eficaces
CA6.4 Revisáronse a instalación acuática e os medios materiais, así como a súa operatividade, tendo en conta as medidas de prevención de riscos e efectuando as operacións auxiliares de mantemento e reparación que permitan o seu uso segundo a normativa

**4.1.e) Contidos**

Contidos
<p>Fitness acuático básico e avanzado. Modalidades en augas profundas e non profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, aqua-running, aqua-bike, aqua-step, aqua-stretching e aqua-pilates. Actividades acuáticas de natación: crol, braza e costas. Movements e Elementos técnicos das actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tesoiras e xiros. Marxes de adaptación a distintos perfís de participantes. Técnicas de suspensión e desprazamento. Execución e aliñamento segmentaria. Postura en flotación e en apo</p> <p>Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos. Actividades afíns. Xestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas. Xestos técnicos da danza. Xestos técnicos da ximnasia.</p> <p>Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patolóxicos de posturas e exercicios determinados.</p> <p>Adaptacións orgánicas ao esforzo no medio acuático. Efectos das distintas modalidades e tendencias do fitness acuático sobre a mellora da condición física e a saúde. Efectos sobre os sistemas cardiovascular, metabólico e músculo-esquelético. Efectos sobre Medio acuático e movemento. Efectos nas actividades de fitness acuático. Flotación. Resistencia ao movemento. Termorregulación.</p> <p>Estabilización e desprazamentos no medio acuático. Respiración asociada.</p> <p>Posicións en suspensión. Escorregadura. Propulsións. Elementos facilitadores e dificultadores. Movements e momentos de respiración adecuados.</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático. Riscos asociados ás condutas das persoas na práctica de actividades no medio acuático.</p> <p>Recursos humanos. Responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista. Aspectos de seguridade da súa competencia relativos ao estado das instalacións, os equipamentos e o material.</p> <p>Criterios para a optimización do uso das instalacións acuáticas en condicións de máxima seguridade. Organización dos tempos de práctica e dos espazos. Trato e comunicación coas persoas usuarias. Resolución de conflitos.</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p> <p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>0Fitness acuático e necesidades especiais. Tipos de disfuncionalidade asumibles en actividades de fitness acuático. Adaptación das actividades; contraindicacións. Mobilidade reducida e posibilidades de participación segundo o perfil.</p> <p>Recursos de intervención no ámbito do fitness acuático. Orientacións xerais para a adaptación de medios e equipamentos. Adaptación de xogos e actividades recreativas.</p> <p>Programas de fitness acuático. Mellora da resistencia con e sen aparellos. Mellora da resistencia con e sen soporte musical. Mellora do ton e a forza muscular. Mellora da amplitude de movemento. Programas mixtos. Elaboración e progresión secuencial.</p> <p>Manipulación de variables de intensidade nos programas de fitness acuático.</p> <p>Recursos informáticos aplicados ás actividades físicas e deportivas. Software específico de acondicionamento físico. Programas de mellora da condición física aplicados ao fitness acuático en soportes dixitais. Adaptacións. Ofimática adaptada.</p> <p>Sesión de fitness acuático. Estrutura, características das fases e variantes: queceamento (activación, estrutura e progresión), parte principal (exercicios, estrutura e progresión; coreografías) e volta á calma (relaxación e baixada das constantes a valore</p>

Contidos
<p>Normas básicas de seguridade nas sesións de fitness acuático. Posición das persoas participantes e distancias entre elas en cada exercicio, posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.</p> <p>Proceso de instrución ou ensinanza en actividades de fitness acuático. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coa persoa usuaria. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execuci</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución. Reforzo do logro.</p> <p>Prevención de riscos na actividade de fitness acuático. Control de material e equipamento por parte do/da técnico/a.</p> <p>A avaliación da sesión de fitness acuático. Instrumentos avaliativos.</p> <p>Intervención na confección de grupos por niveis de condición física e outras capacidades perceptivo-motrices. Axuste aos niveis.</p> <p>Utilización de diferentes códigos comunicativos. Códigos verbais e xestuais. Adaptación do tipo de información, do soporte e da cantidade de información, en función do perfil de persoa participante.</p> <p>Localización de erros posturais e de execución. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.</p> <p>Estratexias de motivación cara á execución e cara ao logro da execución.</p> <p>Situacións de risco máis frecuentes no medio acuático. Prácticas de risco: condutas inapropiadas, mergullos perigosos, apneas forzadas, actividade con sobreesforzos e xogos descontrolados. Ausencia de protección e vixilancia. Rescates sen coñecemento e re</p> <p>Características da auga e consideracións relativas a roupa e calzado</p>

#### 4.2.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
2	Salvamento Acuatico.	80

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	NO
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	NO
RA6 - Organiza os recursos implicados no salvamento acuático aplicando técnicas específicas de rescate no medio acuático, en casos simulados de accidente ou situación de emerxencia, seguindo protocolos de prevención, salvamento e rescate	SI

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

Criterios de avaliación
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.7 Determináronse as responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista, e valorouse a súa competencia relativa ao estado das instalacións, dos equipamentos e do material
CA5.2 Comproboouse o estado dos elementos específicos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de fitness acuático
CA6.1 Preparouse o equipamento persoal e os materiais necesarios para previr os riscos durante o desenvolvemento do socorrismo acuático
CA6.2 Deseñáronse ferramentas para o control permanente dos riscos, do estado do material, dos equipamentos e das instalacións
CA6.3 Descríronse as normas que hai que cumprir nas instalacións acuáticas para garantir a convivencia e a seguridade das persoas usuarias, aplicando técnicas de comunicación eficaces
CA6.4 Revisáronse a instalación acuática e os medios materiais, así como a súa operatividade, tendo en conta as medidas de prevención de riscos e efectuando as operacións auxiliares de mantemento e reparación que permitan o seu uso segundo a normativa
CA6.5 Vixiouse de xeito sistemático e periódico a área designada, para se anticipar ao accidente ou á situación de emerxencia e manter as condicións de seguridade
CA6.6 Identificáronse os signos que indiquen problemas que supoñan risco real para a persoa usuaria, considerando as condicións da situación
CA6.7 Interveuse de xeito inmediato de acordo co protocolo establecido
CA6.8 Estableceuse a xerarquía das situacións de perigo dunha instalación acuática dada, indicando o protocolo de vixilancia que se utiliza e as modificacións necesarias, para as reducir
CA6.9 Definíronse as condutas potencialmente perigosas das persoas usuarias nunha instalación acuática e as posibles consecuencias para elas ou para o resto de persoas usuarias, e indicáronse as medidas que o/a socorrista debe adoptar para as poder evitar
CA6.10 Definíronse os protocolos e as técnicas para a posta en práctica dos labores de vixilancia, prevención e actuación ante unha modificación das condicións de salubridade do centro acuático e en caso de accidente
CA6.11 Deseñoouse o programa de ensaio ou actuación dos protocolos de intervención
CA6.12 Decidíronse a intervención e, de ser o caso, as técnicas que cómpre realizar, valorando a situación da persoa supostamente accidentada, a do resto de persoas usuarias da instalación e as propias condicións
CA6.13 Utilizáronse os materiais adecuados nun suposto formulado durante a realización das técnicas de entrada, aproximación, control, traslado e extracción da persoa accidentada
CA6.14 Realizáronse con seguridade e eficacia as entradas á auga, en función da accesibilidade, a proximidade e as características do contorno

Criterios de avaliación
CA6.15 Realizáronse con seguridade e eficacia as técnicas de natación adaptadas que permiten a aproximación á persoa accidentada
CA6.16 Realizáronse con seguridade e eficacia 300 metros de nado libre, coa vestimenta propia do/da socorrista, nun tempo máximo de oito minutos
CA6.17 Mantívose unha flotación dinámica cos brazos levantados fóra da auga, sen desprazarse
CA6.18 Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de control e remolque da vítima, mantendo as súas vías respiratorias fóra da auga
CA6.19 Realizouse con seguridade e eficacia a secuencia de entrada de cabeza, cincuenta metros de nado libre e mergullo a unha profundidade de dous metros como mínimo, para recoller un manequín de competición e remolcalo cunha técnica correcta durante cincuenta
CA6.20 Realizouse con seguridade e eficacia o remolque sen aletas a unha persoa posiblemente accidentada, ao longo de cen metros, con catro técnicas diferentes, nun tempo máximo de catro minutos
CA6.21 Realizouse con seguridade e eficacia o remolque con aletas a unha persoa accidentada, de peso e flotabilidade media, ao longo de cen metros, utilizando unha soa técnica libre, nun tempo máximo de tres minutos e 45 segundos
CA6.22 Realizouse con seguridade e eficacia a extracción da auga dunha persoa posiblemente accidentada consciente ou inconsciente e sen afectación medular, consonte os protocolos e aplicando a técnica correctamente, despois de a ter remolcado 100 metros
CA6.23 Realizáronse con seguridade e eficacia técnicas de mergullo e rastrexo con e sen material auxiliar, evitando pórse en perigo a si mesmo/a, recuperando unha vítima que se atopa no fondo e sacándoa á superficie
CA6.24 Realizouse con seguridade e eficacia a extracción dunha persoa accidentada con posible afectación medular, utilizando o material adecuado, organizando un grupo de dous/dúas ou tres socorristas de xeito acorde cos protocolos e aplicando as técnicas correct
CA6.25 Realizouse a análise crítica e a avaliación das técnicas de entrada, aproximación, control, remolque, extracción e traslado da vítima, segundo o estado desta e as características da instalación acuática, ante unha simulación de rescate, e establecéronse p
CA6.26 Aplicáronse técnicas de comunicación coa persoa accidentada, cos equipamentos que interveñen na situación de emerxencia, coas persoas espectadoras e acompañantes da vítima, para proporcionar seguridade durante a asistencia

#### 4.2.e) Contidos

Contidos
<p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>0Lexislación básica sobre seguridade e prevención de riscos en instalacións acuáticas. Requisitos de seguridade básicos que deben cumprir os espazos para a realización de actividades de fitness acuático. Medidas de prevención de riscos nas instalacións acu</p> <p>Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático. Riscos asociados ás condutas das persoas na práctica de actividades no medio acuático.</p> <p>Recursos humanos. Responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista. Aspectos de seguridade da súa competencia relativos ao estado das instalacións, os equipamentos e o material.</p> <p>Criterios para a optimización do uso das instalacións acuáticas en condicións de máxima seguridade. Organización dos tempos de práctica e dos espazos. Trato e comunicación coas persoas usuarias. Resolución de conflitos.</p>



Contidos
<p>Materiais específicos, adaptados, alternativos e auxiliares para o desenvolvemento do salvamento acuático.</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p> <p>Posto de salvamento. Materiais de comunicación, de intervención, de extracción e de evacuación. Mantemento. Parte de incidencias.</p> <p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>Protocolos de seguridade e prevención de riscos nas instalacións acuáticas. Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático e salvamento. Riscos asociados ás zonas potencialmente perigosas e ás condutas das pers</p> <p>A prevención no medio acuático.</p> <p>Organización do socorrismo: percepción do problema, análise da situación, toma de decisións, execución das accións de rescate, primeiros auxilios e avaliación do rescate.</p> <p>Técnicas específicas de rescate acuático, con e sen material. Entrada, aproximación, control, remolque e extracción da persoa accidentada, segundo o estado da vítima e da instalación acuática.</p> <p>Adestramento específico das técnicas de salvamento acuático. Simulación de actuación.</p> <p>Aspectos psicolóxicos e técnicas de comunicación na fase crítica do rescate. Comunicación cos membros do equipo de traballo, coas persoas usuarias e espectadoras, coa accidentada e coas súas familiares ou acompañantes, controlando a situación durante a in</p> <p>Situacións de risco máis frecuentes no medio acuático. Prácticas de risco: condutas inapropiadas, mergullos perigosos, apneas forzadas, actividade con sobreesforzos e xogos descontrolados. Ausencia de protección e vixilancia. Rescates sen coñecemento e re</p> <p>Protocolos de supervisión da instalación acuática. Elementos que hai que revisar. Orde e periodicidade da supervisión. Xerarquización dos riscos.</p> <p>Características da auga e consideracións relativas a roupa e calzado</p> <p>Accidentes máis frecuentes no medio acuático. Contusións. Feridas. Hidrocucións. Golpes de calor. Hipotermias. Lesións por contacto en zonas sensibles.</p> <p>Obxectivos, posibilidades e límites de actuación no socorrismo acuático.</p> <p>Perfil, actitudes, aptitudes e funcións do/da socorrista. Responsabilidade civil e penal. Coordinación con diferentes profesionais. Normativas de referencia. Doenzas profesionais, riscos de actuación e prevención de riscos.</p> <p>Protocolos de actuación e plans de emerxencia. Plans de vixilancia, de comunicación, e plans de traslado e evacuación. Intervención ante diferentes tipos de vítimas.</p> <p>Postos, normas e técnicas de vixilancia.</p>

#### 4.3.a) Identificación da unidade didáctica

N.º	Título da UD	Duración
3	Fitness acuático	90

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

Resultado de aprendizaxe do currículo	Completo
RA1 - Analiza as características das actividades de fitness acuático, en relación cos procesos de adaptación que provocan no organismo	SI
RA2 - Organiza os recursos implicados nos eventos e nos programas de fitness acuático e no socorrismo acuático, definindo criterios de versatilidade, eficacia e seguridade	SI
RA3 - Programa actividades de fitness acuático, tendo en conta as necesidades dos distintos perfís de participantes e os espazos de intervención	SI
RA4 - Deseña sesións de fitness acuático, adaptándoas aos obxectivos de referencia e aos medios dispoñibles	SI
RA5 - Dirixe as actividades de fitness acuático, adaptando a intervención á dinámica da actividade e do grupo	SI
RA6 - Organiza os recursos implicados no salvamento acuático aplicando técnicas específicas de rescate no medio acuático, en casos simulados de accidente ou situación de emerxencia, seguindo protocolos de prevención, salvamento e rescate	NO

**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 as características e as condicións de seguridade nas actividades de fitness acuático
CA1.2 Descríbense a técnica e os puntos clave para a realización das actividades de fitness acuático, e valoráronse os defectos e os erros máis comúns
CA1.3 Destacouse o compoñente preventivo dos aspectos posturais das actividades de fitness acuático en todas as súas modalidades
CA1.4 Analizouse a resposta dos sistemas cardiorrespiratorio, metabólico e músculo-esquelético aos esforzos realizados nas actividades de fitness acuático
CA1.5 Analizouse a resposta dos efectos que o fitness acuático ten sobre a saúde
CA1.6 Descríbense os signos e os síntomas de fatiga e sobrecarga máis frecuentes neste tipo de actividades, facendo énfase na intensidade de carga
CA1.7 Analizáronse os riscos e as contraindicacións absolutas e relativas á práctica das diferentes modalidades e tendencias actuais
CA1.8 Relacionáronse as actividades de fitness acuático coas tipoloxías e os niveis posibles dos perfís máis habituais das persoas participantes
CA1.9 Relacionáronse as condicións do medio acuático cos detalles técnicos e posturais das actividades de fitness acuático
CA2.1 Relacionouse a dotación do espazo acuático cos requisitos das actividades e os eventos de fitness acuático, segundo as últimas tendencias do sector

Criterios de avaliación
CA2.2 Definíronse criterios para a organización de horarios de eventos e actividades de fitness acuático e a coordinación con outras áreas e cos/coas técnicos/as, garantindo a seguridade e a optimización do uso dos espazos e dos materiais
CA2.3 Prevíronse as xestións para a celebración de eventos, competicións, concursos e actividades de fitness acuático
CA2.4 Analizáronse as condicións de accesibilidade ao espazo acuático tendo en conta as barreiras arquitectónicas e as adaptacións, co fin de que persoas con problemas de mobilidade poidan participar nas actividades de fitness acuático
CA2.5 Establecéronse os procedementos de detección e de corrección de anomalías nos elementos específicos das actividades de fitness acuático na dotación do espazo acuático
CA2.6 Establecéronse os criterios de seguridade e prevención aplicables nas actividades de fitness acuático
CA2.7 Determináronse as responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista, e valorouse a súa competencia relativa ao estado das instalacións, dos equipamentos e do material
CA2.8 Estableceuse o procedemento de avaliación da calidade do funcionamento do espazo acuático
CA3.1 Establecéronse criterios de formulación de obxectivos de mellora ou mantemento da condición física, en función da evolución do programa de fitness acuático e os medios dispoñibles
CA3.2 Establecéronse os niveis de esforzo dos programas, tendo en conta os mecanismos de adaptación fisiolóxica e as variables que se poñen en xogo nas actividades de fitness acuático
CA3.3 Prevíronse as axudas necesarias para a participación de persoas con discapacidade e de persoas maiores en actividades de fitness acuático, asumindo os distintos tipos de disfuncionalidade
CA3.4 Determináronse os espazos, os equipamentos, os materiais, o equipamento persoal e os recursos complementarios necesarios para o desenvolvemento de eventos e programas de fitness acuático, valorando os obxectivos de cada actividade e garantindo as condicións
CA3.5 Establecéronse as estratexias de instrución e comunicación, e as adaptacións destas, para facilitar a atención aos diferentes perfís de participantes, atendendo aos reforzos no logro e as estratexias de motivación cara á execución
CA3.6 Definíronse os criterios de seguridade, adecuación e efectividade dun programa de fitness acuático, así como os factores que se deben ter en conta para evitar lesións ou sobrecargas durante a execución
CA3.7 Descríbense os indicadores, os instrumentos e as técnicas que determinan a avaliación da calidade do servizo, tanto no proceso como no resultado
CA3.8 Utilizáronse os equipamentos e os recursos informáticos específicos para a elaboración das actividades de fitness adaptados aos diferentes perfís de participantes
CA4.1 Seleccioneuse o soporte musical que permite adaptar a realización das actividades aos obxectivos da sesión de fitness acuático
CA4.2 Aplicáronse os recursos específicos do fitness acuático para obter variantes a partir dos pasos básicos, tendo en conta os principios hidrodinámicos
CA4.3 Aplicáronse criterios fisiolóxicos e de motivación cara á execución na secuencia de pasos, movementos, exercicios e composicións

Criterios de avaliación
CA4.4 Tivéronse en conta as fases da sesión de fitness acuático, aplicando diferentes dinámicas de carga a cada fase da sesión
CA4.5 Definíronse os obxectivos, o material, as canles de comunicación e a metodoloxía da sesión, de acordo coa programación xeral
CA4.6 Establecéronse progresións e adaptacións das secuencias coreografadas e dos pasos, os movementos e os exercicios en función da dificultade e das características dos distintos perfís de participantes
CA4.7 Prevíronse adaptacións nos materiais e os accesos ás zonas de traballo, para favorecer a participación de persoas con discapacidade e persoas maiores
CA4.8 Utilizáronse técnicas específicas de representación gráfica ou escrita para recoller e rexistrar pasos, movementos, exercicios e composicións da sesión de fitness acuático, e aplicáronse os soportes, os recursos e os medios máis adecuados para a súa repre
CA4.9 Establecéronse os parámetros que se deben ter en conta para avaliar o desenvolvemento da sesión
CA5.1 Deseñáronse actividades de promoción de eventos de fitness acuático tendo en conta as cabidas, o control de accesos e os servizos complementarios, avaliando todas as posibilidades de actividades, atendendo aos distintos perfís de participantes
CA5.2 Comprobose o estado dos elementos específicos de seguridade e prevención de riscos relativos á súa área de responsabilidade nas actividades de fitness acuático
CA5.3 Asegurouse a accesibilidade aos espazos de práctica e a dispoñibilidade dos recursos necesarios para as actividades de fitness acuático, en condicións de seguridade
CA5.4 Proporcionouse a información adaptada a cada momento do desenvolvemento da actividade de fitness acuático e a cada perfil de participante, utilizando o tipo de linguaxe adecuado en cada caso
CA5.5 Demostráronse as actividades propostas, utilizando as estratexias de instrución máis adecuadas para o desenvolvemento dos exercicios e aplicando as distintas secuencias e composicións coreográficas, axustándoas a cada perfil de participante en función da
CA5.6 Corrixíronse, nos momentos oportunos, os erros detectados nos movementos ou as posturas, intervindo sobre as súas posibles causas
CA5.7 Aplicáronse estratexias de intervención nas actividades de fitness acuático que favorecen a participación, a motivación e a desinhibición das persoas participantes
CA5.8 Adaptouse o nivel de intensidade e dificultade das actividades ás características das persoas participantes, variando os espazos, o material, a música e a información transmitida
CA5.9 Controlouse o uso dos materiais e dos equipamentos, e resolvéronse as continxencias xurdidas
CA5.10 Aplicáronse os instrumentos de avaliación da sesión
CA6.3 Descríbense as normas que hai que cumprir nas instalacións acuáticas para garantir a convivencia e a seguridade das persoas usuarias, aplicando técnicas de comunicación eficaces
CA6.4 Revisáronse a instalación acuática e os medios materiais, así como a súa operatividade, tendo en conta as medidas de prevención de riscos e efectuando as operacións auxiliares de mantemento e reparación que permitan o seu uso segundo a normativa

**4.3.e) Contidos**

Contidos
<p>Fitness acuático e actividades afíns. Historia do fitness acuático e a súa evolución cara ás tendencias actuais</p> <p>Variables do movemento que condicionan a intensidade: superficies de pulo, velocidade de execución, posición de traballo, amplitude movemento acuático e plano de execución.</p> <p>Valoración da intensidade do esforzo no medio acuático: relación coa frecuencia cardíaca, test da fala e escala de Borg.</p> <p>Fitness acuático básico e avanzado. Modalidades en augas profundas e non profundas: aqua-aerobic, aqua-gym, aqua-box, aqua-running, aqua-bike, aqua-step, aqua-stretching e aqua-pilates. Actividades acuáticas de natación: crol, braza e costas. Movementos e Elementos técnicos das actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tesoiras e xiros. Marxes de adaptación a distintos perfís de participantes. Técnicas de suspensión e desprazamento. Execución e aliñamento segmentaria. Postura en flotación e en apo</p> <p>Defectos e erros máis comúns nos xestos técnicos. Actividades afíns. Xestos técnicos adaptados de diversas modalidades deportivas. Xestos técnicos da danza. Xestos técnicos da ximnasia.</p> <p>Contraindicacións absolutas ou relativas da práctica das actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patolóxicos de posturas e exercicios determinados.</p> <p>Adaptacións orgánicas ao esforzo no medio acuático. Efectos das distintas modalidades e tendencias do fitness acuático sobre a mellora da condición física e a saúde. Efectos sobre os sistemas cardiovascular, metabólico e músculo-esquelético. Efectos sobre Medio acuático e movemento. Efectos nas actividades de fitness acuático. Flotación. Resistencia ao movemento. Termorregulación.</p> <p>Estabilización e desprazamentos no medio acuático. Respiración asociada.</p> <p>Posicións en suspensión. Escorregadura. Propulsións. Elementos facilitadores e dificultadores. Movementos e momentos de respiración adecuados.</p> <p>Instalacións e materiais para a práctica de fitness acuático e para o socorrismo acuático. Tipos e características. Funcionalidade. Temperatura ambiente e da auga. Tipo de chan e tipo de vaso. Barreiras arquitectónicas e adaptación das instalacións. Norma</p> <p>Lexislación básica sobre seguridade e prevención de riscos en instalacións acuáticas. Requisitos de seguridade básicos que deben cumprir os espazos para a realización de actividades de fitness acuático. Medidas de prevención de riscos nas instalacións acuáticas</p> <p>Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático. Riscos asociados ás condutas das persoas na práctica de actividades no medio acuático.</p> <p>Recursos humanos. Responsabilidades do/da técnico/a e do/da socorrista. Aspectos de seguridade da súa competencia relativos ao estado das instalacións, os equipamentos e o material.</p> <p>Criterios para a optimización do uso das instalacións acuáticas en condicións de máxima seguridade. Organización dos tempos de práctica e dos espazos. Trato e comunicación coas persoas usuarias. Resolución de conflitos.</p> <p>Material auxiliar e aparellos para o fitness acuático. Material e aparellos para a flotación: cintos, manguitos, táboas e churros. Material e aparellos para traballar a resistencia: pas e bandas elásticas. Material e aparellos para a inmersión: aros e arg</p> <p>Eventos, competicións e concursos para a promoción e a difusión das actividades de fitness acuático. Requisitos de realización. Material auxiliar para o desenvolvemento de eventos e actividades de fitness acuático.</p> <p>Supervisión e mantemento de materiais utilizados en actividades de fitness acuático e en socorrismo acuático. Inventario. Localización e condicións de almacenamento. Anomalías máis frecuentes dos aparellos e do material tipo, e formas de detección e corre</p> <p>Indumentaria e accesorios necesarios para unha práctica segura e comfortable das actividades de fitness acuático e do socorrismo acuático. Medidas de autoprotección.</p> <p>Protocolos de seguridade e prevención de riscos nas instalacións acuáticas. Criterios básicos de prevención e seguridade aplicables nas actividades de fitness acuático e salvamento. Riscos asociados ás zonas potencialmente perigosas e ás condutas das pers</p>

## Contidos

Organización de recursos en fitness acuático. Interacción e coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servizos auxiliares, zonas de traballo secas e vasos.

0Fitness acuático e necesidades especiais. Tipos de disfuncionalidade asumibles en actividades de fitness acuático. Adaptación das actividades; contraindicacións. Mobilidade reducida e posibilidades de participación segundo o perfil.

Recursos de intervención no ámbito do fitness acuático. Orientacións xerais para a adaptación de medios e equipamentos. Adaptación de xogos e actividades recreativas.

Elementos da programación. Técnicas de programación no ámbito do fitness acuático.

Avaliación de programas de fitness acuático.

Programas de fitness acuático. Mellora da resistencia con e sen aparellos. Mellora da resistencia con e sen soporte musical. Mellora do ton e a forza muscular. Mellora da amplitude de movementos. Programas mixtos. Elaboración e progresión secuencial.

Interpretación dos informes de valoración e orientación dos programas cara aos distintos perfís de participantes.

Manipulación de variables de intensidade nos programas de fitness acuático.

Medidas complementarias ao programa de fitness acuático: técnicas recuperadoras no medio acuático. Relaxación e descarga articular.

Planificación e organización de eventos de fitness acuático. Tipos de eventos característicos no fitness acuático. Papel do persoal organizador. Necesidade de publicidade. Tipos de concursos. Xogos, animación no fitness acuático. Documentación requirida n

Recursos informáticos aplicados ás actividades físicas e deportivas. Software específico de acondicionamento físico. Programas de mellora da condición física aplicados ao fitness acuático en soportes dixitais. Adaptacións. Ofimática adaptada.

Sesión de fitness acuático. Estrutura, características das fases e variantes: quecemento (activación, estrutura e progresión), parte principal (exercicios, estrutura e progresión; coreografías) e volta á calma (relaxación e baixada das constantes a valore

0Técnicas de comunicación.

Normas básicas de seguridade nas sesións de fitness acuático. Posición das persoas participantes e distancias entre elas en cada exercicio, posibles incidencias nos materiais e nos equipamentos.

Aspectos clave da prevención de lesións.

Representación gráfica e escrita. Nomenclatura específica. Técnicas específicas de representación gráfica e escrita para transcribir pasos, movementos de brazos, xiros, orientación, desprazamentos e composicións do fitness acuático e as súas actividades a

Dificultade coordinativa e niveis de intensidade dos exercicios e as coreografías no fitness acuático.

Composicións coreográficas. Variacións e combinacións cos exercicios. Pasos, enlaces e movementos básicos. Variacións na profundidade: orientación, desprazamentos, cambios de ritmo, xiros e movementos de brazos. Uso de apoios á flotación. Lonxitude de pan

A música no fitness acuático. Estilos e cadencias adaptadas ao traballo na auga. Variacións en función da profundidade.

Metodoloxía de ensinanza de secuencias e composicións coreográficas. Técnicas, métodos e estilos de ensinanza en fitness acuático. Progresións nas series coreografadas.

Proceso de instrución ou ensinanza en actividades de fitness acuático. Diversificación de niveis. Análise da tarefa. Sistemas e canles de comunicación. Modelos de interacción coa persoa usuaria. Información inicial ou de referencia. Coñecemento da execuci

Estratexias de motivación cara á execución. Reforzo do logro.

## Contidos

Prevenición de riscos na actividade de fitness acuático. Control de material e equipamento por parte do/da técnico/a.

0Sistemática de execución de movementos, pasos e combinacións de fitness acuático. Exercicios de tonificación. Exercicios de estirada e mobilidade articular, calisténicos e con aparellos. Actividades cíclicas ou coordinadas para a mellora cardiovascular no  
A avaliación da sesión de fitness acuático. Instrumentos avaliativos.

Dirección de eventos de promoción de fitness acuático. Control de accesos, cabidas e servizos.

Intervención na confección de grupos por niveis de condición física e outras capacidades perceptivo-motrices. Axuste aos niveis.

Reprodución e adaptación de coreografías. Adecuación a diferentes profundidades e situacións de apoio, suspensión ou flotación. Orientación, desprazamentos, cambios de ritmo, intensidade e estilos. Encadeamentos. Utilización de materiais diversos e modifi

Técnicas de instrución de fitness acuático. Aplicación en situacións de atención individual e en grupo. Intervencións con axudas manuais e mecánicas, entre outras.

Progresións para a ensinanza das series coreografadas. Ensinanza mediante adición, bloques, patrón complementario, pirámide, variación, substitución, etc.

Utilización de diferentes códigos comunicativos. Códigos verbais e xestuais. Adaptación do tipo de información, do soporte e da cantidade de información, en función do perfil de persoa participante.

Localización de erros posturais e de execución. Consignas que axudan a reinterpretar sensacións.

Estratexias de motivación cara á execución e cara ao logro da execución.

Situacións de risco máis frecuentes no medio acuático. Prácticas de risco: condutas inapropiadas, mergullos perigosos, apneas forzadas, actividade con sobreesforzos e xogos descontrolados. Ausencia de protección e vixilancia. Rescates sen coñecemento e re

Características da auga e consideracións relativas a roupa e calzado

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

A avaliación realizarase tendo en conta os seguintes aspectos.

- ASISTENCIA A CLASE: a partir do 10% de faltas non xustificadas (26 sesións de 50 ou 13 clases de 100), non se terá dereito á avaliación continua. Haberá un 5% de faltas que se poderán xustificar por diferentes motivos (citas médicas, deber inescusable, exames, ingresos, traballo).

Para ser valorado da parte práctica haberá que superar o 75% na participación activa das sesións, en caso contrario só poderá optar á metade da nota práctica, tendo que realizar traballos complementarios.

- PARTICIPACIÓN: a participación non só implica colaborar e sentirse participe das sesións, senón tamén presentar os traballos nos prazos sinalados.

- PROBAS TEÓRICO-PRÁCTICAS: en cada trimestre realizarase un exame teórico, para valorar o nivel de coñecementos teórico-prácticos adquiridos durante o mesmo, e un exame práctico, para valorar o nivel de execución alcanzado.

- REALIZACIÓN DE TAREFAS: tanto de forma individual como grupal que buscan complementar o traballo desenvolvido en clase. Consistiran na realización de mapas conceptuais, progresións de exercicios, preparación de sesións, edición de vídeos e de presentacións, impartición de sesións ou parte delas, etc

Os porcentaxes poderán variar ao longo dos diferentes trimestres pero en xeral seguirase o seguinte criterio:

EXAME PRÁCTICO : 40 %

EXAME TEÓRICO: 40 %

TAREFAS, ASISTENCIA E PARTICIPACIÓN: 20 %. la no entrega de una tarea fuera de prazo supondrá un cero en esa parte.

Abandonar algún apartado supón non superar o módulo xa que supón non acadar os mínimos exixibles.

## 6. Procedemento para a recuperación das partes non superadas

### 6.a) Procedemento para definir as actividades de recuperación

As probas escritas dos contidos teóricos e prácticos correspondentes a cada unidade didáctica, deberán acadar os criterios mínimos exixibles

Os alumnos que teñan algúnha práctica ou exposición sen facer, ou traballos e tarefas sen entregar, o que deben repetir, terán que facelo antes da avaliación final de xuño para poder ser avaliados positivamente.

No exame práctico de cada unidade didáctica, será obrigatorio superar todas as probas para poder facer media co exame teórico.

Na proba final de xuño, os alumnos que teñen a alguna parte teorica pendente, poderán presentarse para superala. así mesmo, os alumnos que quieran subir a nota media final, poderán facer igualmente a proba final de xuño, ou se é o caso presentar traballos e tarefas acordadas co profesor. No caso de se presentar a subir nota en xuño, só se poderá subir ata un punto sobre a nota total. Se o alumno non supera a media adquirida con anterioridade ou fose inferior a esta, quedará ca nota que tiña antes de ser avaliado.

As probas prácticas nos superadas, serán repetidas tamén en xuño.



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

Ao final de curso o alumno terá dereito a realizar un exame teórico da totalidade da materia, así coma un exame práctico, das probas de cada unha das unidades didácticas. O valor da parte teórica e práctica, será do 50% sobre a nota total, e será necesario aprobar ambas partes para superar o módulo.

Exame teórico, cun valor de 5 sobre 10. Se non se supera o exame teórico, non opta a realización do práctico.

Exame práctico das diferentes unidades didácticas, cun valor de 5 sobre 10.

**PROBA TEÓRICA**

O exame teórico contará cunha parte tipo test e preguntas curtas, e outra de supostos prácticos, dependendo da unidade didáctica.

**PROBAS PRÁCTICAS DA UD. DE ACONDICIONAMENTO FÍSICO A través da NATACIÓN.**

- 200 m. crol en menos de 4

- Nadar 25 m. de cada un dos seguintes estilos: crol, espalda, braza y mariposa.

**PROBAS PRÁCTICAS DA UD. DE SALVAMENTO**

- Entradas á auga en función da accesibilidade, a proximidade e a características da auga.

- Técnicas natatorias de aproximación ao accidentado.

- 300 m de nado libre, vestido con pantalóns e camiseta, nun tempo máximo de oito minutos.

- Manterse flotando na auga cos brazos alzados, cos codos por encima da auga, sen desprazarse.

- Técnicas de suxeición e remolque da vítima mantendo as súas vías respiratorias fose da auga.

\* 100 metros (50 crol+50 rmq maniquí). Zambullida de cabeza, máis cincuenta metros de nado libre, máis inmersión a unha profundidade mínima de dous metros, para recoller un maniquí de competición e remolcalo, cunha presa correcta, durante cincuenta metros, realizando todo iso nun tempo máximo de 3 minutos e 30 segundos.

\* 100 RMQ compañeiro con 4 técnicas. Remolcar a un posible accidentado sen aletas, ao longo de cen metros, realizando catro técnicas diferentes e nun tempo máximo de catro minutos.

\* 100 RMQ compañeiro con aletas. Remolcar a un accidentado de peso e flotabilidade media, con aletas, ao longo de cen metros, utilizando unha soa técnica libre e nun tempo máximo de 3 minutos e 45 segundos.

- 100 RMQ compañeiro + extracción. Realizar a extracción da auga dun posible accidentado consciente/inconsciente e sen afectación medular, conforme aos protocolos e aplicando a técnica correctamente, despois

de remolcalo cen metros.

- Ante un suposto, no que unha persoa simula ser un accidentado con afectación medular, realizar a extracción do suxeito utilizando o material adecuado, organizando a un grupo de 2 e/ou 3 socorristas, de maneira acorde cos protocolos e aplicando as técnicas correctamente.

\* Proba combinada: 50 crol + 12,5 mergullo sen saír á superficie + 27,5 RMQ (2,30).

\* 75 marpa con desprazamento terrestre: 25 carreira + 25 crol con marpa +25 rmq compañeiro con marpa (1,30).

\* 150 aletas + marpa: 75 crol + 75 rmq compañeiro con marpa (3,30)

PROBA PRÁCTICA DA UD. DE FITNESS ACUÁTICO.

- Deseño e posta en práctica dun coreografía a partir dos movementos básicos de 4 bloques musicais.

- Deseño dunha sesión de acondicionamento físico na auga a partir dos parámetros fixados polo profesor.

## 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, sobre os contidos desenvolvidos, obxectivos alcanzados, 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 o curso seguinte.

## 8. Medidas de atención á diversidade

### 8.a) Procedemento para a realización da avaliación inicial

Una vez presentado o curso e o módulo formativo a desenvolver, na presentación da primeira unidade didáctica, pasaremos un cuestionario, ou farase una presentación, para debatir sobre os 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, aficionados 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 de avaliación inicial, será de gran interés, para saber o punto de partida en relación ao nivel do alumnado, coñecer as súas debilidades e fortalezas, e para poder axustar ós 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 o alumnado que non responda globalmente aos obxectivos programados, levarase a cabo unha serie de medidas de reforzo educativo dende o primeiro momento:

- Para os alumnos que por motivos xustificadas 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 el.
- Para os alumnos que non superen algún apartado avaliábel do trimestre, quedarlle pendente esa parte para a proba final de curso, onde se presentará só as partes non superadas, Conservando e os apartados xa aprobados.
- Para os alumnos que teñan dificultades á hora de realizar as prácticas, facilitaranse estratexias para que poidan seguir practicando, e que finalmente acaden os mínimos exixibles.
- Para os alumnos que teñan dificultades para acceder aos soportes informáticos, para facer entregar as tarefas, facilitaranse un ordenador con acceso a internet, nas horas de lecer, ou accedendo ao centro pola tarde a biblioteca.

Aos alumnos do segundo curso co módulo de Acondicionamento Físico na Auga pendente, entregarase ao inicio do curso a acreditación para ser firmada e deixar unha copia en xefatura, coa que da por informado dos criterios de avaliación do módulo pendente. Se chegará a un acordo co alumno para a organización das probas teóricas e prácticas, así como os traballos ou tarefas a entregar ao longo do curso. O profesor que se encargará deste plan de reforzo ao alumno co módulo pendente, será aquel que imparta o módulo durante ese curso, e no casode que houbera varios profesores sería o que lle deu clase, e en caso contrario, chegariase a un acordo no departamento.

## 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 executala con eficacia e eficiencia. Os profesionais teñen que contar cunha serie de competencias transversais. Son xenéricas, é común á maioría das profesións e poden aplicarse a moitas facetas da vida e do traballo

1.- Tecnoloxías da información e da comunicación.

Máis aló de adquirir destrezas 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 vantaxes e inconvenientes do seu uso, así como os riscos que pode ter.

Respetar as normas acerca do uso da información ea creación, autoría e as fontes.

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

Propor traballos de investigación, como no caso de obradoiros.

Uso do correo electrónico como medio de comunicación entre os alumnos eo profesor, e entre os propios alumnos á hora de traballar en equipo.

Uso das aplicacións de google como drive, presentación documentos, etcétera.

Uso da plataforma de schoology para a presentación de contidos, tarefas, entrega de tarefas etcétera.

Entrega de traballos en soporte informático.

Propor a realización de las exposiciones orais a partires de presentacións de google por power point 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 o a capacidade de xestionar as habilidades individuais para poder formar un grupo armónico, equilibrado e motivado, fomentando a lealtade e a 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 o parellas onde o alumno desenvolverá os diferentes roles sendo estos comprendidos por todos.

Outro xeito de fomentar a participación activa de todos os membros e á incorporación do factor de auto-avaliación, xa que non basta con que o traballo esté ben, senón 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 su futura labor, polo que os alumnos teñen que ser conscientes das implicacións morais e sociais das diferentes actividades que realicen, e que saiban recoñecer e respectar os límites sociais e morais, 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 respectar as diferencias culturais e as costumes de outras comunidades co obxectivo de poder enriquecer o traballo común para que estas diferencias non representen un obstáculo, senón un valor engadido. O xeito de traballar isto é día a día, na aula a través do traballo en equipo e aprendizaxe cooperativa.

4.- Habilidades sociáis.

Estas son algunhas das habilidades que son especialmente útiles en un entorno profesional. - Habilidades formativas basicas: capacidade de ensinar a outro e transferir información de xeito claro e comprensible.

- Comunicación oral e escrita: habilidade para expoñer os contidos que se quieren transmitir, xa sexa de forma oral ou escrita, utilizando un estilo e vocabulario axeitado.

- Negociacion: habilidades para planificar desenvolver e pechar una transacion de xeito satisfactorio para todas as partes participantes.

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

5.- Habilidades personáis.

Ao longo do curso, brindar aos alumnos en numerosas ocasións oportunidades 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 á novas situacións.

6.- Espiritu emprendedor, innovación e investigación.

O ciclo xa contempla o módulo de 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 febles 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 pés na terra e dotar aos seus proxectos de coherencia é unha dose de realidade. Estas aptitudes impulsaránse mediante o emprego de metodoloxías activas e constructivistas nas que o alumno é o artífice do seu propio aprendizaxe: obradoiros, traballos de investigación 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 medios e técnicas necesarias.
- 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, creencias y razas.
- Contribuír ao desenvolvemento cultural do entorno, fomentando o coñecemento e 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, fomentando a súa motivación e invitándoos a realizar propostas.
- Familiarización do alumnado con acontecementos culturais, deportivos en sociáis.

As actividades complementarias non levarán custe algún por parte do alumno e serán de obrigada 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 cidade, impartidas por profesionais do sector. A celebración de días ou datas significativas e conmemorativas, organizadas xunto co departamento de orientación ou vicedirección, serán levadas a cabo durante o horario lectivo, coa obriga de participar nelas. Entre estas actividades contaremos coas charlas divulgativas, conferencias, proxección de vídeos no salón de actos, etc. A temática será programada polo departamento de educación física, vicedirección ou por outro tipo de organizacións.

## 10. Outros apartados

### 10.1) Instalacións

Dado a peculiaridade do ciclo formativo de Acondicionamiento físico en xeneral, e do módulo de Acondicionamiento Físico na auga, o uso de instalacións específicas para o desenvolvemento do módulo será imprescindible. Por unha banda, contaremos coa aula de referencia, que contará co cañon e ordenador para impartir as clases teóricas, e xunto coa dotación de 16 ordenadores portátiles podemos levar a cabo un á mellor labor na aula. Se precisáramos máis ordenadores os alumnos traerán os seus portátiles.

Por outra banda, para poder desenvolver as sesións prácticas durante todo o curso, acudiremos a Piscina de Teis, onde dispondremos de tres calles para poder levar a cabo estas sesións.

### 10.2) Material

Para levar a cabo as sesións prácticas, dispoñeremos de todo o material necesario para poder desenvolver os diferentes contidos deste módulo: natación, salvamento acuático e fitness acuático.

Dentro deste material atopámonos, o tradicional de piscina (táboas, pulls, aletas, tapices, pas, churros...), o propio de salvamento (maniquies de remolque, aros salvavidas, tubos de rescate, boias, torpedos, etc) e o propio de fitness acuático (pesas de diferentes formas e tamaños, plataforma de equilibrio, jumps, steps, aquafims, kits de adestramento funcional, etc)

Os alumnos tendrán que aportar sus propias aletas que deberán adquirir a principio de curso

### 10.3) Roupas e calzado axeitado

Para poder realizar as sesións prácticas será necesario asistir a clase coa indumentaria propia de piscina: traxe de baño, gorro, chanclas e lentes.

Todos os alumnos que de forma puntual non poidan realizar a sesión práctica, terán que acudir en pantalón curto, camiseta e chanclas de .

Os alumnos serán avisados con anterioridade, os días que teñan que traer a indumentaria de piscina. O resto de días poderán asistir con roupa de rúa.

#### 10.4) Covid

Debido a situación que estamos a vivir , e preciso realizar algunhas modificacións na programación didáctica de aula. Dentro do posible trataremos de cumprir os protocolos marcados pola Conselleria de Educación , así como os específicos da nosa materia.

Trataremos de desenvolver todos os contidos posibles e acadar os obxetivos prograados para este curso pese as limitacións vixentes.

En base a esto podrán darse varios escenarios:

Escenario 1: Presencialidade total as clases, seguindo os protocolos correspondentes. No caso das sesións teóricas , os alumnos poderán desenvolver os contidos na aula de referencia, cumprindo toodos os protocolos indicados poa Conselleria de Educación, así como as adaptaciónsdo centro educativo.

Seguindo as normas das piscinas municipais, nas sesións prácticas, poderemos aistir coa totalidade dos alumnos, xa que dispoñeremos de tres rúas e somos catalogados como grupo burbulla.

Os alumnos permanecerán distribuídos de forma fixa dentro de cada rúa, xa que dentro da mesma, permanecerán sen máscara. Na zona de praia e de vestiarios terán que permanecer con ela posta.

Escenario 2: Semipresencialidade. En este caso as sesións teóricas seguiranse de forma telemática e nas sesións prácticas, acudiran en grupos reducidos.

Escenario 3. Confinamento.As esnanzas levaranse a cabo de forma totalmente telemática. Os alumnos seguiran as sesións a través de videoconferencia e realizaran as tarefas que lle sexan encomendadas.

#### 10.5) Deportistas de élite

Polas características deste ciclo , e frecuente a asistencia de alumnos coa condición de deportista de élite. No caso de que se ausentaran algún día ou días, por cuestións de concentracións 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, terán a 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 al 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 alumnado 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 todo momento cos compañeiros da clase ou co profesor , para non perder p hil das sesións deste módulo