



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

**1.- PRESENTACIÓN DEL MÓDULO.**

|                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <b>Ciclo Formativo:</b>               | TÉCNICO SUPERIOR EN ACONDICIONAMIENTO FÍSICO                                      |
| <b>Módulo Profesional:</b>            | <b>ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA</b>  |
| <b>Grupo:</b>                         | <b>1º</b>   |
| <b>Horas del Módulo:</b>              | Nº horas: 192 ANUALES ( 6 HORAS SEMANALES ; 34 SEMANAS; 93 DÍAS)                  |
| <b>Ud. Competencia asociadas</b>      |   |
| <b>Normativa que regula el título</b> | <b>ORDEN DE 16 DE JULIO DE 2018</b>   |
| <b>Profesor</b>                       | <b>Especialidad: PES EDUCACIÓN FÍSICA</b><br><b>Nombre: MANUEL BAENA HERRADOR</b> |

**2.- OBJETIVOS GENERALES RELACIONADOS CON EL MÓDULO**

- a) Relacionar de forma coherente los diferentes elementos y factores de un proyecto de acondicionamiento físico, justificando la congruencia entre ellos para elaborar planes de acondicionamiento físico.
- b) Proponer actuaciones en el ámbito del acondicionamiento físico vinculadas con la salud y la calidad de vida de la ciudadanía, caracterizando los colectivos destinatarios e incorporando los avances del sector para elaborar planes de acondicionamiento físico.
- c) Determinar los instrumentos y la secuencia de aplicación en la evaluación de los planes de acondicionamiento físico, utilizando las tecnologías de la información y la comunicación en el tratamiento de las variables para desarrollar y registrar el plan de evaluación.
- d) Secuenciar las actuaciones que deben realizarse en la puesta en marcha de un proyecto, organizando los recursos necesarios y su forma de obtención para gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico.
- f) Establecer los elementos de la programación, los recursos y los sistemas de entrenamiento, relacionándolos con las características de las personas potencialmente participantes, para programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- g) establecer los elementos de la programación, los recursos y la metodología específica, relacionándolos con las características de los potenciales colectivos implicados, para programar el acondicionamiento físico con soporte musical.
- i) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático.
- j) Valorar la participación de los distintos mecanismos implicados en la práctica de actividades físicas, diferenciando los grados de intensidad y de dificultad para diseñar y secuenciar ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- k) Diseñar coreografías con soporte musical, teniendo en cuenta las características de los grupos y de los medios disponibles para diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical.
- m) Aplicar la metodología más adecuada, detectando los errores de ejecución y corrigiendo movimientos o posturas erróneas, para dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en el medio acuático físico.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- o) Determinar las intervenciones de los miembros de un equipo de trabajo, analizando las funciones de los mismos y los requerimientos de las actividades, para coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y los programas de acondicionamiento físico.
- p) Aplicar procedimientos de intervención y administración de primeros auxilios en caso de accidente, utilizando los protocolos establecidos para proporcionar la atención básica a las personas participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades.
- q) Analizar y utilizar los recursos y oportunidades de aprendizaje relacionados con la evolución científica, tecnológica y organizativa del sector y las tecnologías de la información y la comunicación, para mantener el espíritu de actualización y adaptarse a nuevas situaciones laborales y personales.
- r) Desarrollar la creatividad y el espíritu de innovación para responder a los retos que se presentan en los procesos y en la organización del trabajo y de la vida personal.
- s) Tomar decisiones de forma fundamentada, analizando las variables implicadas, integrando saberes de distinto ámbito y aceptando los riesgos y la posibilidad de equivocación en las mismas, para afrontar y resolver distintas situaciones, problemas o contingencias.
- t) Desarrollar técnicas de liderazgo, motivación, supervisión y comunicación en contextos de trabajo en grupo, para facilitar la organización y coordinación de equipos de trabajo.
- u) Aplicar estrategias y técnicas de comunicación, adaptándose a los contenidos que se van a transmitir, a la finalidad y a las características de los receptores, para asegurar la eficacia en los procesos de comunicación.
- v) Evaluar situaciones de prevención de riesgos laborales y de protección ambiental, proponiendo y aplicando medidas de prevención personales y colectivas, de acuerdo con la normativa aplicable en los procesos de trabajo, para garantizar entornos seguros.
- w) Identificar y proponer las acciones profesionales necesarias, para dar respuesta a la accesibilidad universal y al «diseño para todas las personas».
- x) Identificar y aplicar parámetros de calidad en los trabajos y actividades realizados en el proceso de aprendizaje, para valorar la cultura de la evaluación y de la calidad y ser capaces de supervisar y mejorar procedimientos de gestión de calidad.
- z) Reconocer sus derechos y deberes como agente activo en la sociedad, teniendo en cuenta el marco legal que regula las condiciones sociales y laborales, para participar como ciudadano democrático.

**3.- COMPETENCIAS PROFESIONALES, PERSONALES Y SOCIALES**

- a) Elaborar planes de acondicionamiento físico acordes a las características de los grupos de población demandantes, incorporando las últimas tendencias de este campo profesional, así como, en su caso, las propuestas de mejora extraídas del seguimiento de otros proyectos anteriores y aprovechando las convocatorias institucionales.
- b) Desarrollar y registrar el plan de evaluación de los planes de acondicionamiento físico, concretando los instrumentos y la secuencia de aplicación, así como el tratamiento y la finalidad de los datos obtenidos, todo ello utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- c) Gestionar la puesta en marcha de los programas y eventos de acondicionamiento físico, organizando los recursos y las acciones necesarias para la promoción, desarrollo y supervisión de los mismos.
- e) Programar el acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente y en medio acuático, en función de las personas participantes, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando los sistemas de entrenamiento más apropiados.
- f) Programar el acondicionamiento físico con soporte musical, en función de las características de los grupos, de los medios disponibles y de los datos de seguimiento, indicando la metodología de actividades coreografiadas más apropiada.
- i) Diseñar y secuenciar los ejercicios de las sesiones o actividades de acondicionamiento físico con soporte musical para todo tipo de participantes, respetando los objetivos y la dinámica de la intensidad en las fases de las sesiones o actividades.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- l) Dirigir y dinamizar la realización de las técnicas programadas y los ejercicios de acondicionamiento físico musical, adaptándolas a la dinámica de la actividad y a la del grupo.
- n) Coordinar el trabajo de los técnicos que intervienen en los eventos y programas de acondicionamiento físico, organizándolos en función de las actividades.
- ñ) Proporcionar la atención básica a los participantes que sufren accidentes durante el desarrollo de las actividades, aplicando los primeros auxilios.
- o) Adaptarse a las nuevas situaciones laborales, manteniendo actualizados los conocimientos científicos, técnicos y tecnológicos relativos a su entorno profesional, gestionando su formación y los recursos existentes en el aprendizaje a lo largo de la vida y utilizando las tecnologías de la información y la comunicación.
- s) Generar entornos seguros en el desarrollo de su trabajo y el de su equipo, supervisando y aplicando los procedimientos de prevención de riesgos laborales y ambientales, de acuerdo con lo establecido por la normativa y los objetivos de la empresa.

**RESULTADOS DE APRENDIZAJE (RELACIONADAS CON EL MÓDULO)//CRITERIOS DE EVALUACIÓN**

| RESULTADOS DE APRENDIZAJE (CICLOS LOE) (RELACIONADAS CON EL MÓDULO)   | CRITERIOS DE EVALUACIÓN (Enumerarlos estableciendo un orden).   |
|---|---|
| 1. Analiza las características de las actividades de fitness acuático, relacionándolas con los procesos de adaptación que provocan en el organismo.                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se han descrito las características y condiciones de seguridad de los aspectos de las actividades de fitness acuático.</li> <li>b) Se han descrito la técnica y los puntos clave para la realización de las actividades de fitness acuático.</li> <li>c) Se ha valorado el componente preventivo de los aspectos posturales de las actividades de fitness acuático.</li> <li>d) Se ha analizado la respuesta de los sistemas cardiorrespiratorio, metabólico y músculo-esquelético a los esfuerzos realizados en las actividades de fitness acuático.</li> <li>e) Se han descrito los signos y síntomas de fatiga y sobrecarga más frecuentes en este tipo de actividades.</li> <li>f) Se han analizado los riesgos y las contraindicaciones absolutas y relativas a la práctica de las diferentes modalidades y estilos.</li> <li>g) Se han relacionado las distintas actividades de fitness acuático con las posibles tipologías y niveles de las personas usuarias más habituales.</li> <li>h) Se han relacionado las condiciones del medio acuático con los detalles técnicos y posturales de las actividades de fitness acuático.</li> </ul> |
| 2. Organiza los recursos implicados en los eventos y programas de fitness acuático y en el socorrismo acuático, definiendo criterios de versatilidad, eficacia y seguridad. | <ul style="list-style-type: none"> <li>a) Se ha relacionado la dotación del espacio acuático con los requerimientos de las actividades y los eventos de fitness y socorrismo acuático, a la luz de las últimas tendencias del sector.</li> <li>b) Se han definido criterios para la organización de horarios de eventos y actividades de fitness acuático y la coordinación con otras áreas y técnicos, garantizando la seguridad y la optimización del uso de los espacios y materiales.</li> <li>c) Se han previsto las gestiones para la celebración de eventos, competiciones, concursos y actividades</li> </ul>   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|   |  |
|---|--|
|   | <p>de fitness acuático.</p> <p>d) Se han valorado las condiciones de accesibilidad al espacio acuático para que puedan participar en las actividades de fitness acuático personas con problemas de movilidad.</p> <p>e) Se han establecido los procedimientos de detección y de corrección de anomalías en los elementos específicos de las actividades de fitness acuático en la dotación del espacio acuático.</p> <p>f) Se ha establecido el procedimiento de evaluación de la calidad del funcionamiento del espacio acuático.</p>   |
| <p>3. Programa actividades de fitness acuático, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los espacios de intervención.</p> | <p>a) Se han establecido criterios de formulación de objetivos de mejora o mantenimiento de la condición física, en función de la evolución del programa de fitness acuático y los medios disponibles.</p> <p>b) Se han establecido los niveles de esfuerzo de los programas, teniendo en cuenta los mecanismos de adaptación fisiológica y las variables que se ponen en juego en las actividades de fitness acuático.</p> <p>c) Se han previsto las ayudas necesarias para la participación de personas con discapacidad en actividades de fitness acuático.</p> <p>d) Se han determinado los espacios, los equipamientos, los materiales, el equipo personal y los recursos complementarios necesarios para el desarrollo de eventos y programas de fitness acuático, valorando los objetivos de cada actividad y garantizando las condiciones de seguridad.</p> <p>e) Se han establecido las estrategias de instrucción y de comunicación y las adaptaciones de las mismas para facilitar la atención a diferentes tipos de personas usuarias y la motivación.</p> <p>f) Se han definido los criterios de seguridad, adecuación y efectividad de un programa de fitness acuático y los factores que se deben tener en cuenta para evitar lesiones o sobrecargas durante la ejecución.</p> <p>g) Se han descrito los indicadores, los instrumentos y las técnicas que determinan la evaluación de la calidad del servicio, tanto en el proceso como en el resultado.</p> <p>h) Se han utilizado los equipos y las aplicaciones informáticas específicas para la elaboración de los programas.</p> |
| <p>4. Diseña sesiones de fitness acuático, adaptándolas a los objetivos de referencia y a los medios disponibles.</p>                           | <p>a) Se ha seleccionado el soporte musical que permite adaptar la realización de las actividades a los objetivos de la sesión de fitness acuático.</p> <p>b) Se han aplicado los recursos específicos del fitness acuático para obtener variantes a partir de los pasos básicos, teniendo en cuenta los principios hidrodinámicos.</p> <p>c) Se han aplicado criterios fisiológicos y de motivación en la secuencia de pasos, movimientos, ejercicios y composiciones y en la dinámica de la carga de cada fase de la sesión.</p> <p>d) Se han definido los objetivos, el material, los canales de comunicación y la metodología de la sesión, de acuerdo con la programación general.</p> <p>e) Se han establecido progresiones y adaptaciones de las secuencias coreografiadas y los pasos,</p>   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|  |  |
|--|--|
|  | <p>movimientos y ejercicios, en función de la dificultad y de las características de las personas participantes.</p> <p>f) Se han previsto adaptaciones en los materiales y accesos a las zonas de trabajo para favorecer la participación de personas con discapacidad.</p> <p>g) Se han utilizado técnicas específicas de representación gráfica o escrita para recoger y registrar pasos, movimientos, ejercicios y composiciones de la sesión de fitness acuático.</p> <p>h) Se han establecido los parámetros que se deben tener en cuenta para evaluar el desarrollo de la sesión.</p>   |
| <p>5. Dirige las actividades de fitness acuático, adaptando la intervención a la dinámica de la actividad y del grupo.</p> | <p>a) Se ha comprobado el estado de los elementos específicos de seguridad y prevención de riesgos relativos a su área de responsabilidad en las actividades de fitness acuático.</p> <p>b) Se ha asegurado la accesibilidad a los espacios de práctica y la disponibilidad de los recursos necesarios para las actividades de fitness acuático en condiciones de seguridad.</p> <p>c) Se ha proporcionado la información adaptada a cada momento del desarrollo de la actividad de fitness acuático y a cada perfil de participante, utilizando el tipo de lenguaje adecuado en cada caso.</p> <p>d) Se han demostrado las actividades propuestas, aplicando las estrategias de instrucción más adecuadas para el desarrollo de los ejercicios y las distintas secuencias y composiciones coreográficas.</p> <p>e) Se han corregido los errores detectados en los movimientos o las posturas, interviniendo sobre las posibles causas que los provocan y en los momentos oportunos.</p> <p>f) Se han aplicado estrategias de intervención en las actividades de fitness acuático que favorecen la participación y la desinhibición de las personas participantes.</p> <p>g) Se ha adaptado el nivel de intensidad y dificultad de las actividades a las características de las personas participantes, variando los espacios, el material, la música y la información que se transmite.</p> <p>h) Se ha controlado el uso de los materiales y de los equipamientos y se han resuelto las contingencias surgidas.</p> <p>i) Se han aplicado los instrumentos de evaluación de la sesión.</p> |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

6. Aplica técnicas específicas de rescate en el medio acuático en casos simulados de accidente o situación de emergencia, siguiendo protocolos de salvamento y rescate.

- a) Se han propuesto modificaciones para evitar o reducir los riesgos detectados en la aplicación del protocolo de supervisión de las posibilidades de peligro en una instalación acuática.
- b) Se han indicado las medidas que el socorrista debe adoptar ante las conductas potencialmente peligrosas de las personas usuarias de una instalación acuática.
- c) Se han definido los protocolos y las técnicas para el mantenimiento de las labores de vigilancia, prevención y actuación ante una modificación de las condiciones de salubridad del centro acuático y ante un accidente.
- d) Se ha diseñado el programa de ensayo y actuación de los protocolos de intervención ante diferentes tipos de víctimas, evacuación y otros.
- e) Se ha decidido la intervención y las maniobras que se han de realizar, valorando la situación de la supuesta persona accidentada, del resto de personas usuarias, de la instalación y de las propias condiciones.
- f) Se han utilizado los materiales adecuados al supuesto planteado en el desarrollo de las maniobras de entrada, aproximación, contacto, control, traslado y extracción.
- g) Se han realizado con seguridad y eficacia las siguientes técnicas:
  - Entradas al agua en función de la accesibilidad, la proximidad y las características del agua.
  - Técnicas natatorias de aproximación a la persona accidentada. Con y sin material de salvamento.
  - Realizar 100 metros de nado, en estilo libre, en un tiempo máximo de un minuto y cincuenta segundos.
  - 300 metros de nado libre, vestido con pantalones y camiseta de socorrista, en un tiempo máximo de ocho minutos.
  - Mantenerse flotando de forma dinámica en el agua con los brazos alzados y con los codos por encima del agua, sin desplazarse al menos 30 segundos.
  - Aplicar adecuadamente las técnicas de zafaduras ante una persona en proceso de ahogamiento y técnicas de sujeción y remolque de la víctima, manteniendo sus vías respiratorias fuera del agua.
  - Zambullida de cabeza, más cincuenta metros de nado libre, más inmersión a una profundidad mínima de dos metros y bucear durante 15 metros, para recoger un maniquí de competición y remolcarlo, con una presa correcta, durante treinta y cinco metros, realizando todo ello en un tiempo máximo de 3 minutos.
  - Remolcar a una posible persona accidentada sin aletas, a lo largo de cien metros, realizando cuatro técnicas diferentes, en un tiempo máximo de 4 minutos
  - Remolcar a una persona accidentada, de peso y flotabilidad media, con aletas, a lo largo de cien metros, utilizando una sola técnica libre, en un tiempo máximo de 3 minutos y 45 segundos.
  - Realizar la extracción del agua de una posible persona accidentada consciente o inconsciente y sin afectación medular, conforme a los protocolos y



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|  |  |
|--|--|
|  | <p>aplicando la técnica correctamente, después de haberlo remolcado 100 metros.</p> <p>- Ante un supuesto, donde un compañero o una compañera simula ser una persona accidentada con afectación medular, realizar la extracción del sujeto, utilizando el material adecuado, organizando a un grupo de 2 ó 3 socorristas de manera acorde con los protocolos y aplicando las técnicas correctamente.</p> <p>h) Se ha realizado el análisis crítico y la evaluación de cada uno de los supuestos realizados, estableciendo propuestas de mejora de forma justificada.</p> |
|--|--|

**3.1.- Resultados de aprendizaje y Criterios de evaluación no adquiridos en el curso anterior.**

No existen resultados de aprendizaje y criterios de evaluación no adquiridos en el curso anterior.

**4.- RELACIÓN DE UNIDADES DE TRABAJO CON BLOQUES TEMÁTICOS Y TEMPORALIZACIÓN**

|                     | BLOQUE TEMÁTICO                                    | UNIDAD DE TRABAJO | TÍTULO                                   | TEMPORALIZACIÓN                        |   |
|---------------------|--|-------------------|--|--|---|
| 1ª EVALUACIÓN       | 1. Actividades de fitness acuático                 | 1                 | ¿QUÉ ES LA NATACIÓN?                     | 1                                      |   |
|                     |  | 2                 | SEGURIDAD EN EL AGUA                     | 1                                      |   |
|                     |  | 3                 | ETAPAS DEL APRENDIZAJE DE LA NATACIÓN    | 1                                      |   |
|                     |  | 4                 | FAMILIARIZACIÓN                          | 1                                      |   |
|                     |  | 5                 | FLOTACIÓN                                | 1                                      |   |
|                     | 2. Organización de actividades de fitness acuático | 6                 | RESPIRACIÓN                              | 1                                      |   |
|                     |  | 7                 | PROPULSIÓN                               | 1                                      |   |
|                     |  | 8                 | CROL                                     | 1                                      |   |
|                     | 3. Programación en actividades de fitness acuático | 9                 | ESPALDA                                  | 1                                      |   |
|                     |  | 10                | BRAZA                                    | 1                                      |   |
|                     |  | 11                | MARIPOSA                                 | 1                                      |   |
|                     | 4. Diseño de sesiones en fitness acuático          | 12                | SALIDAS                                  | 1                                      |   |
|                     |  | 13                | VIRAJES                                  | 1                                      |   |
|                     |  | 14                | WATERPOLO                                | 1                                      |   |
|                     |  | 15                | SINCRONIZADA                             | 1                                      |   |
|                     | 5. Dirección de actividades de fitness acuático    | 16                | SALTOS                                   | 1                                      |   |
|                     |  | 17                | OTRAS DISCIPLINAS DE PISCINA             | 1                                      |   |
|                     |  | 18                | OTRAS PRUEBAS: AGUAS ABIERTAS Y TRIATLON | 1                                      |   |
|                     |  |                   | 19                                       | VENTAJAS DE LA PRÁCTICA DE LA NATACIÓN | 1 |
|                     |  |                   | 20                                       | LA NATACIÓN Y OTROS DEPORTES           | 1 |
| PRÁCTICAS: 36 horas |  |                   | TOTAL HORAS 1ª EVALUACIÓN:               | 61                                     |   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|                     |  |                                      |  |     |
|---------------------|--|--------------------------------------|--|-----|
| 2ª EVALUACIÓN       | 6. Técnicas de rescate en instalaciones acuáticas  | 21                                   | HISTORIA Y CARACTERÍSTICAS DEL SOCORRISTA ACUÁTICO | 1   |
|                     |  | 22                                   | PRINCIPIOS DEL SALVAMENTO ACUÁTICO                 | 1   |
|                     |  | 23                                   | SECUENCIA DE ACTUACIÓN                             | 1   |
|                     |  | 24                                   | ORGANIZACIÓN                                       | 1   |
|                     |  | 25                                   | APROXIMACIÓN AL AGUA                               | 1   |
|                     |  | 26                                   | ENTRADAS AL AGUA                                   | 1   |
|                     |  | 27                                   | APROXIMACIÓN AL ACCIDENTADO                        | 1   |
|                     |  | 28                                   | FLOTACIÓN  | 1   |
|                     |  | 29                                   | BUCEO  | 1   |
|                     |  | 30                                   | CONTROL DEL ACCIDENTADO                            | 1   |
|                     |  | 31                                   | MÉTODOS DE REMOLQUE                                | 1   |
|                     |  | 32                                   | EXTRACCIÓN DEL ACCIDENTADO                         | 1   |
|                     |  | 33                                   | INTERVENCIÓN ANTE LESIONADOS MEDULARES             | 1   |
|                     |  | 34                                   | MATERIAL SOCORRISMO                                | 1   |
|                     |  | 35                                   | SALVAMENTO ACUÁTICO CON ROPA                       | 1   |
|                     |  | 36                                   | RESPIRACIÓN ARTIFICIAL DENTRO DEL AGUA             | 1   |
|                     |  | 37                                   | PELIGROS DEL AGUA Y ACCIDENTES MÁS COMUNES         | 1   |
|                     |  | 38                                   | COMUNICACIÓN EN EL SOCORRISMO ACUÁTICO             | 1   |
|                     |  | 39                                   | SOCORRISMO ACUÁTICO EN SUS DIFERENTES FACETAS      | 1   |
|                     |  | 40                                   | LEGISLACIÓN  | 1   |
| PRÁCTICAS: 48 horas |  | TOTAL HORAS 2ª EVALUACIÓN:           |  | 70  |
| 3ª EVALUACIÓN       | 1. Actividades de fitness acuático                 | 41                                   | ¿QUÉ ES EL FITNESS ACUÁTICO?                       | 0.5 |
|                     |  | 42                                   | ELEMENTOS TÉCNICOS EN EL FITNESS ACUÁTICO          | 0.5 |
|                     | 2. Organización de actividades de fitness acuático | 43                                   | CONTRAINDICACIONES EN EL FITNESS ACUÁTICO          | 0.5 |
|                     |  | 44                                   | MEDIO ACUÁTICO Y MOVIMIENTO                        | 0.5 |
|                     | 3. Programación en actividades de fitness acuático | 45                                   | LA MÚSICA EN EL FITNESS ACUÁTICO                   | 1   |
|                     |  | 46                                   | INSTALACIONES Y MATERIALES                         | 0.5 |
|                     |  | 47                                   | MATERIALES AUXILIARES                              | 0.5 |
|                     | 4. Diseño de sesiones en fitness acuático          | 48                                   | PROGRAMACIÓN EN EL FITNESS ACUÁTICO                | 1   |
|                     |  | 49                                   | CONDICIÓN FÍSICA EN EL FITNESS ACUÁTICO            | 1   |
|                     |  | 50                                   | EVALUACIÓN DE PROGRAMAS EN EL FITNESS ACUÁTICO     | 1   |
|                     |  | 51                                   | PLANIFICACIÓN Y ORGANIZACIÓN DE EVENTOS            | 1   |
|                     | 5. Dirección de actividades de fitness acuático    | 52                                   | SESIONES EN EL FITNESS ACUÁTICO                    | 1   |
|                     |  | 53                                   | LESIONES EN EL FITNESS ACUÁTICO                    | 1   |
|                     |  | 54                                   | REPRESENTACIÓN GRÁFICA                             | 1   |
|                     |  | 55                                   | COMPOSICIONES COREOGRÁFICAS                        | 1   |
|                     |  | 56                                   | METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA                        | 1   |
|                     |  | 57                                   | DIRECCIÓN DE ACTIVIDADES                           | 1   |
|                     |  | 58                                   | PROGRESIÓN DE ACTIVIDADES                          | 1   |
|                     |  | 59                                   | DETECCIÓN DE ERRORES                               | 1   |
| 60                  |  | CARACTERÍSTICAS DEL FITNESS ACUÁTICO | 1  |     |
| PRÁCTICAS: 36 HORAS |  | TOTAL HORAS 2ª EVALUACIÓN:           |  | 54  |
| TOTAL HORAS:        |  |                                      | 185  |     |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

**5.- DESARROLLO DE UNIDADES DE TRABAJO Y CONTENIDOS. (Se Incluyen las Prácticas en los módulos que correspondan). Y SU RELACIÓN CON LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE, OBJETIVOS GENERALES DEL CICLO Y COMPETENCIA PROFESIONAL.**

|  | RA                         | CE  |
|--|----------------------------|---|
| <p><b>Unidad de trabajo</b><br/> <b>1º.- LA NATACIÓN</b><br/> <b>Objetivos:</b> b, c, d, f, v<br/> <b>Competencias:</b> a, b, i, l, o, s</p>   | <p>1, 3, 4, 5<br/> 20%</p> | <p>RA1: a, b, c, d, e, f, g, h<br/> RA 3: a, b, c, d, e, f, g<br/> RA 4: a, b, c, d, e, f, g, h<br/> RA 5: a, b, e, f, g, h i</p> |
| <p><b>Contenidos que se abordan en la unidad:</b><br/> — Procesos de valoración y seguimiento de un usuario de Fitness acuático.<br/> — Elementos técnicos de las actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tijeras y giros; márgenes de adaptación a distintos perfiles de participantes.<br/> - Técnicas de suspensión y desplazamiento. Ejecución y alineación segmentaria, postura, en flotación y en apoyo, apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas, cambio del centro de gravedad con material auxiliar, profundidad corporal y posición corporal.<br/> - Recuperación de posiciones básicas y cambios de dirección.<br/> — Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos.<br/> — Contraindicaciones absolutas o relativas de la práctica de las actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios.<br/> — Medio acuático y movimiento.<br/> - Efectos en las actividades de fitness acuático, flotación, resistencia al movimiento, facilitación de la termorregulación, hipogravidez, presión hidrostática, aumento de la intensidad del ejercicio, equilibrio muscular.<br/> - Estabilización y desplazamientos en el medio acuático y respiración asociada. Posiciones en suspensión, deslizamiento, propulsiones, longitud y posición de las palancas, elementos facilitadores y dificultadores, movimientos y momentos de la respiración.<br/> - Variables de los movimientos que condicionan la intensidad, superficies de empuje, velocidad de ejecución, postura de trabajo (rebote, neutra, suspendida), amplitud del movimiento segmentario, planos de ejecución y desplazamiento por el espacio.<br/> — Elementos de la programación. Técnicas de programación en el ámbito del fitness acuático.<br/> — Programación general y específica, personal, tipos de usuario, horario, actividades preferentes.<br/> — Medidas complementarias al programa de fitness acuático, técnicas recuperadoras en el medio acuático. La relajación y la descarga articular.<br/> — Evaluación de programas de fitness acuático.<br/> - Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación<br/> - Metodología, Instrumentos y técnicas.<br/> - Observación y recogida de datos, registros y escalas.<br/> - Evaluación de la actividad, análisis de datos.<br/> — Metodología de enseñanza de secuencias/composiciones coreográficas. Técnicas, métodos y estilos de enseñanza en fitness acuático.</p> |                            |   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

— Proceso de técnicas de instrucción e indagación de la enseñanza en actividades de fitness acuático. Diversificación de niveles, análisis de la tarea, sistemas y canales de comunicación, modelos de interacción con la persona usuaria, información inicial o de referencia, conocimiento de la ejecución y de los resultados. Adaptaciones para personas con discapacidad.

— Estrategias de motivación en la ejecución. Refuerzos de aprendizaje en el logro.

— Normas básicas de seguridad en las sesiones de fitness acuático. Posición de las personas participantes y distancias entre ellas en cada ejercicio, posibles incidencias en los materiales y equipamientos.

— Confección de grupos, por niveles de condición física y capacidades perceptivomotrices. Adaptación de las actividades propuestas a los diferentes niveles. Estrategias de diversificación de las actividades dentro del grupo.

— Utilización de diferentes códigos comunicativos. Códigos verbales y gestuales. Adaptaciones al contexto y perfil del usuario. (cantidad y tipo de información).

— Detección de errores posturales en la ejecución. Consignas que ayudan a reinterpretar sensaciones. Aplicación de las estrategias de motivación.

Destrezas a trabajar

- Conocimiento de las etapas del aprendizaje.
- Conocimiento de los contenidos para la enseñanza-aprendizaje de la natación
- Comprensión de la metodología para la enseñanza de la natación.
- Puesta en práctica de sesiones para el aprendizaje de la natación
- Desarrollo de diferentes tipos de desplazamientos en el medio acuático.
- Practicar los estilos de natación.

Las líneas de actuación en el proceso enseñanza-aprendizaje que permitan alcanzar los objetivos de la unidad versarán sobre:

- Práctica de los contenidos de la natación en cuanto a su enseñanza y aprendizaje
- Práctica de los distintos estilos de natación

|  | RA                             | CE                             |
|--|--------------------------------|--------------------------------|
| <p><b>Unidad de trabajo</b><br/> <b>2.- SALVAMENTO Y SOCORRISMO ACUÁTICO</b><br/> <b>Objetivos:</b> o, p, v<br/> <b>Competencias:</b> n, ñ, o, s</p>   | <p><b>6</b><br/><b>40%</b></p> | <p>a, b, c, d, e,<br/>f, g</p> |
| <p><b>Contenidos que se abordan en la unidad:</b><br/> — Situaciones de riesgo más frecuentes en el medio acuático.<br/> - Prácticas de riesgo. Conductas inapropiadas, zambullidas peligrosas, apneas forzadas, actividad con sobreesfuerzos y juegos descontrolados, incumplimiento de las normas y de las indicaciones del socorrista, entre otras.<br/> — Protocolos de supervisión de la instalación acuática. Elementos que hay que revisar, orden y periodicidad de la supervisión y jerarquización de los riesgos.<br/> — Características del agua y consideraciones relativas a ropa, calzado y lesiones específicas en el medio acuático.<br/> - Principio de Arquímedes y flotabilidad.<br/> - La ropa y el calzado en el medio acuático. Temperatura, tiempo, pesos. Técnicas para quitarse la ropa y el calzado en el medio acuático.<br/> Flotadores de fortuna con ropa. Calzado y vestuario específico y</p> |                                |                                |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

adecuado para el trabajo en el medio acuático.

- Lesiones específicas en el medio acuático. Lesiones producidas por calor y por frío, traumatismos en el medio acuático, heridas y otras lesiones producidas por el agua en piel, ojos, oídos, nariz y boca.
- El socorrismo acuático.
- Historia, datos estadísticos de interés, objetivos, posibilidades y límites de actuación.
- Socorrista. Definición perfil, actitudes y aptitudes, funciones. Responsabilidad civil y penal. Coordinación con otros u otras profesionales. Normativas de referencia. Enfermedades profesionales, riesgos de actuación y prevención de riesgos.
- Protocolos de actuación y planes de emergencia de vigilancia, de comunicación, de traslado y de evacuación.
- La vigilancia. Puestos, normas y técnicas de vigilancia.
- Organización del socorrismo. Percepción del problema, análisis de la situación, toma de decisiones, ejecución de las acciones de rescate, intervención prehospitalaria ante los cinco grados de ahogamiento y ante posibles lesionados medulares. Evaluación del proceso, del resultado y de la calidad del servicio.
- Técnicas específicas de rescate acuático.
- De localización, puntos de referencia y composición de lugar.
- De entrada en el agua.
- De aproximación a la víctima.
- De toma de contacto, control y valoración de la víctima.
- Las técnicas de remolque.
- De manejo de la víctima traumática en el agua.
- De extracción de la víctima.
- De evacuación. Coordinación con otros recursos.
- De reanimación en el agua.
- Manejo del material de rescate acuático.
- Entrenamiento específico de los sistemas de remolque en salvamento acuático.
- Aspectos psicológicos en la fase crítica del rescate.
- Conducta de la persona que cree ahogarse. Actitudes y respuesta del socorrista.
- Manejo de la situación.
- La comunicación aplicada a situaciones de emergencia, al accidentado. En la aproximación; en la toma de contacto; durante el remolque; cuando se está fuera de peligro en tierra firme. A los compañeros o auxiliares accidentales. Al público / usuarios.
- Técnicas de control de la ansiedad para el propio socorrista a nivel cognitivo; a nivel fisiológico; a nivel conductual.

Destrezas a trabajar

- Principios generales del salvamento acuático.
- Actitud positiva para realizar un salvamento acuático.
- Plasmar sobre el croquis de una piscina el diseño de cobertura de servicio, en función del número de socorristas.
- Consideraciones relativas a ropa y calzado y características del agua.
- Conocer los diferentes sistemas de remolque de accidentados.
- Socorrista y su preparación.
- Pautas de actuación.
- Responsabilizarse para mantener la preparación para trabajar como socorrista acuático.
- Responsabilizarse para mantener unos correctos principios generales y pautas de actuación.
- Formas de entrada al agua.
- Flotación y buceo.
- Acercamiento al accidentado y técnicas de presas y zafaduras.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Métodos de remolque y métodos para sacar al accidentado.</li> <li>- Salvamento acuático en instalaciones acuáticas artificiales y naturales.</li> <li>- Práctica de las formas de entrada al agua.</li> <li>- Simular rescate en instalaciones acuáticas artificiales.</li> <li>- Responsabilizarse para aprender a manejar los materiales de rescate que tenga en su lugar de trabajo y de solicitar que éstos estén en perfecto estado, así como de solicitar los que se precisen.</li> </ul> <p>Las <u>líneas de actuación en el proceso enseñanza-aprendizaje</u> que permitan alcanzar los objetivos de la unidad versarán sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entrenamiento para la superación de tiempos mínimos en las pruebas de salvamento acuático.</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|

|  | RA   | CE  |
|--|--|---|
| <p><b>Unidad de trabajo</b><br/><b>3.- FITNESS ACUÁTICO</b><br/><b>Objetivos:</b> a, b, c, d, f, g, j, k, n, o, v<br/><b>Competencias:</b> a, b, c, e, f, i, l, n, o, s</p>  | <p><b>1, 2, 3, 4, 5</b><br/><b>40%</b></p> | <p>RA1: a, b, c, d, e, f, g, h<br/>RA 2: a, b, c, d, e, f<br/>RA 3: a, b, c, d, e, f, g, h<br/>RA 4: a, b, c, d, e, f, g, h<br/>RA 5: a, b, c, d, e, f, g, h, i</p> |
| <p><b>Contenidos que se abordan en la unidad:</b><br/>RA 1:<br/>— Fitness acuático básico y avanzado. Modalidades en aguas profundas y no profundas. Movimientos específicos. Influencia del soporte musical. Perfiles de participantes.<br/>— Ámbitos de aplicación del Fitness acuático. Modalidad terapéutica, mejora y mantenimiento de la condición física y recreación.<br/>— Procesos de valoración y seguimiento de un usuario de Fitness acuático.<br/>— Elementos técnicos de las actividades de fitness acuático. Remadas, batidas, tijeras y giros; márgenes de adaptación a distintos perfiles de participantes.<br/>- Técnicas de suspensión y desplazamiento. Ejecución y alineación segmentaria, postura, en flotación y en apoyo, apoyos y distribución del peso en situaciones estáticas y dinámicas, cambio del centro de gravedad con material auxiliar, profundidad corporal y posición corporal.<br/>- Recuperación de posiciones básicas y cambios de dirección.<br/>— Defectos y errores más comunes en los gestos técnicos.<br/>— Contraindicaciones absolutas o relativas de la práctica de las actividades de fitness acuático. Signos de fatiga. Efectos patológicos de determinadas posturas y ejercicios.<br/>— Adaptaciones orgánicas al esfuerzo en el medio acuático. Efectos de las distintas modalidades y tendencias del fitness acuático sobre la mejora de la condición física y la salud (resistencia muscular y cardiovascular, fuerza muscular, flexibilidad, equilibrio, coordinación y relajación en el medio acuático. Control de la intensidad del esfuerzo en medio acuático. Indicadores y test específicos de aplicación.<br/>— Medio acuático y movimiento.</p> |  |   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- Efectos en las actividades de fitness acuático, flotación, resistencia al movimiento, facilitación de la termorregulación, hipogravidez, presión hidrostática, aumento de la intensidad del ejercicio, equilibrio muscular.
- Estabilización y desplazamientos en el medio acuático y respiración asociada. Posiciones en suspensión, deslizamiento, propulsiones, longitud y posición de las palancas, elementos facilitadores y dificultadores, movimientos y momentos de la respiración.
- Variables de los movimientos que condicionan la intensidad, superficies de empuje, velocidad de ejecución, postura de trabajo (rebote, neutra, suspendida), amplitud del movimiento segmentario, planos de ejecución y desplazamiento por el espacio.
- La música en el fitness acuático. Modalidades y tipos. Elementos básicos del ritmo.
- Estabilización y desplazamientos en el medio acuático y respiración asociada.
- RA 2:
- Instalaciones y materiales para la práctica de fitness acuático y para el socorrismo acuático.
- Instalaciones, tipos y características. Funcionalidad, temperatura ambiente y del agua, tipo de suelo y tipo de vaso, entre otros.
- Barreras arquitectónicas y adaptación de las instalaciones.
- Normativa sobre construcción y mantenimiento de las instalaciones acuáticas.
- Criterios para la optimización del uso y disfrute de las instalaciones acuáticas en condiciones de máxima seguridad. Organización de los tiempos de práctica y de los espacios. Eventos, competiciones y concursos para la promoción y la difusión de las actividades de fitness acuático; requisitos de realización.
- Material auxiliar para el desarrollo de eventos y actividades de fitness acuático.
- De flotación individual (cinturones, cilindros y chalecos), entre otros.
- De inmersión (aros, picas y anillas, entre otros).
- De lastre (tobilleras y cinturones).
- De resistencia (bandas elásticas, manoplas, planchas y halteras, entre otros).
- Steps, bicicletas estáticas, materiales hinchables y aletas, entre otros.
- Pautas de utilización del material y los aparatos de fitness acuático y actividades afines. Precauciones a tener en cuenta en la utilización de los aparatos, el material y errores comunes en la utilización de estos.
- Supervisión y mantenimiento de materiales utilizados en actividades de fitness acuático y en socorrismo acuático. Inventario. Ubicación y condiciones de almacenamiento. Anomalías más frecuentes de los aparatos y del material tipo y formas de detección y corrección.
- El puesto de salvamento. Materiales de comunicación, de alcance, de contacto, de apoyo, de extracción y evacuación. Mantenimiento.
- Indumentaria y accesorios necesarios para una práctica segura y confortable de las actividades de fitness acuático y del socorrismo acuático.
- Seguridad y prevención de riesgos en las instalaciones acuáticas.
- Criterios básicos de prevención y seguridad aplicables en las actividades de fitness acuático. Riesgos asociados a las conductas de las personas en la práctica de actividades en el medio acuático.
- Sistemas de seguridad y supervisión de los aparatos y máquinas de una instalación acuática.
- Normativa sobre construcción y mantenimiento de las instalaciones para el fitness acuático.
- Legislación básica sobre seguridad y prevención de riesgos en instalaciones acuáticas. Requisitos de seguridad básicos que deben cumplir los espacios para la realización de actividades de fitness acuático.
- Responsabilidades del técnico y del o de la socorrista, aspectos de



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

seguridad de su competencia relativos al estado de las instalaciones, los equipamientos y el material.

RA 3:

- Elementos de la programación. Técnicas de programación en el ámbito del fitness acuático.
- Programación general y específica, personal, tipos de usuario, horario, actividades preferentes.
- Programas de fitness acuático, mejora de la resistencia con y sin aparatos, con y sin soporte musical, mejora del tono y la fuerza muscular, mejora de la amplitud de movimiento, programas mixtos. Elaboración y progresión secuencial.
- Factores de la condición física y motriz.
- Manipulación de variables de intensidad en los programas de fitness acuático.
- Medidas complementarias al programa de fitness acuático, técnicas recuperadoras en el medio acuático. La relajación y la descarga articular.
- Evaluación de programas de fitness acuático.
- Técnicas e instrumentos para la evaluación de proyectos de animación
- Metodología, Instrumentos y técnicas.
- Observación y recogida de datos, registros y escalas.
- Evaluación de la actividad, análisis de datos.
- Organización de recursos en fitness acuático. Interacción y coordinación de oferta de actividades de fitness acuático. Zonas de servicios auxiliares y zonas de trabajo secas y vasos.
- Planificación y organización de eventos de fitness acuático.
- Tipos de eventos característicos en el fitness acuático.
- Selección y coordinación de recursos humanos en la organización de fitness acuático. Técnicas y Estrategias de coordinación.
- Promoción y difusión, Objetivos, soportes y valoración.
- Dinamización de eventos en el fitness seco y acuático.
- Normas y medidas de seguridad y prevención en el desarrollo de eventos en el ámbito del Fitness.
- Recursos informáticos aplicados a las actividades físicas y deportivas. Software específico de acondicionamiento físico. Programas de mejora de la condición física aplicados al fitness acuático en soportes digitales. Adaptaciones. Ofimática adaptada.
- Fitness acuático y necesidades especiales. Tipos de disfuncionalidad asumibles en actividades de fitness acuático.
- Adaptación de las actividades y contraindicaciones. Factores limitantes del movimiento en función del tipo de discapacidad y posibilidades de participación en actividades de fitness acuático.
- Características psicoafectivas de personas con discapacidad (motora, psíquica y sensorial).
- Recursos de intervención en el ámbito del fitness acuático.
- Orientaciones generales para la adaptación de medios y equipos, adaptación de juegos y actividades recreativas.

RA 4:

- La sesión de fitness acuático. características de las fases y variantes, estructura
- Características de las fases de la sesión en fitness acuático y variantes. Calentamiento. Tareas de activación y progresión. Parte principal. Trabajo en umbrales de mejora y progresión. Vuelta a la calma. Disminución a los valores iniciales de intensidad (frecuencia cardíaca y respiratoria, aspectos de activación psicológicas)
- Estructura de las sesiones de modalidades con música cerrada y actividades derivadas de la danza.
- Estructura de las sesiones de tonificación. Intervalos, circuitos, sesiones específicas de tren superior, inferior, gap y abdomen. Estructura de las sesiones cardiovasculares con soporte material específico.
- Estructura de las sesiones de propiocepción postural y dominio del movimiento, efecto acción-reacción, oleaje y flotación.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

— Aspectos clave de la prevención de lesiones.

— Representación gráfica y escrita. Nomenclatura específica. Técnicas específicas de representación gráfica y escrita para transcribir pasos, movimientos de brazos, giros, orientación, desplazamientos y composiciones del fitness acuático y sus actividades afines. Modelos y soportes más adecuados. Recursos de escritura y dibujo. Medios audiovisuales, medios informáticos. Catálogo de secuencias y composiciones.

— Dificultad coordinativa y niveles de intensidad de los ejercicios y las coreografías en el fitness acuático.

— Composiciones coreográficas.

- Variaciones y combinaciones con los ejercicios, pasos, enlaces y movimientos básicos.

- Variaciones en la profundidad, la orientación, los desplazamientos, los cambios de ritmo, los giros, los movimientos de brazos, el uso de apoyos a la flotación, la longitud de palancas y la superficie de empuje, entre otros.

— La música en el fitness acuático. Estilos y cadencias adaptadas al trabajo en el agua. Variaciones en función de la profundidad. Las composiciones musicales para una aplicación abierta y cerrada.

— Metodología de enseñanza de secuencias/composiciones coreográficas. Técnicas, métodos y estilos de enseñanza en fitness acuático.

— Proceso de técnicas de instrucción e indagación de la enseñanza en actividades de fitness acuático. Diversificación de niveles, análisis de la tarea, sistemas y canales de comunicación, modelos de interacción con la persona usuaria, información inicial o de referencia, conocimiento de la ejecución y de los resultados. Adaptaciones para personas con discapacidad.

— Estrategias de motivación en la ejecución. Refuerzos de aprendizaje en el logro.

— Normas básicas de seguridad en las sesiones de fitness acuático. Posición de las personas participantes y distancias entre ellas en cada ejercicio, incidencias en los materiales y equipamientos.

RA 5:

— Intervención en eventos de promoción del fitness acuático. Control de accesos, aforos y servicios complementarios. Atención a los participantes.

— Confección de grupos, por niveles de condición física y capacidades perceptivomotrices. Adaptación de las actividades propuestas a los diferentes niveles. Estrategias de diversificación de las actividades dentro del grupo.

— Reproducción y adaptación de coreografías. Adecuación a diferentes profundidades.

— Aplicación de la metodología de enseñanza, estilos y técnicas de instrucción e indagación del fitness acuático. Aplicación en situaciones de atención individual y en grupo, intervenciones con ayudas manuales y mecánicas, entre otros.

— Progresiones para la enseñanza de las series coreografiadas. Enseñanza mediante adición, bloques, patrón complementario, pirámide, variación y sustitución, entre otros.

— Utilización de diferentes códigos comunicativos. Códigos verbales y gestuales. Adaptaciones al contexto y perfil del usuario. (cantidad y tipo de información).

— Detección de errores posturales en la ejecución. Consignas que ayudan a reinterpretar sensaciones. Aplicación de las estrategias de motivación.

— Sistemática de ejecución de movimientos, pasos y combinaciones de fitness acuático. Ejercicios de tonificación; ejercicios de estiramiento y movilidad articular, calisténicos y con aparatos; actividades cíclicas o coordinadas para mejora cardiovascular en el medio acuático.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p><u>Destrezas a trabajar</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conocimiento de las distintas partes de una sesión de aquafitness y las distintas maneras de llevarla a cabo</li> <li>- Conocimiento de las distintas metodologías</li> <li>- Desarrollo de las distintas partes de una sesión de aquafitness y las distintas maneras de llevarla a cabo</li> <li>- Desarrollo de la condición física de los usuarios a través del acondicionamiento físico en el agua</li> </ul> <p>Las <u>líneas de actuación en el proceso enseñanza-aprendizaje</u> que permitan alcanzar los objetivos de la unidad versarán sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Búsqueda de información sobre especialidades del fitness acuático</li> <li>- Desarrollo de sesiones de fitness acuático</li> </ul> |  |  |
|--|--|--|

**6.- ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS (Incluir los instrumentos de evaluación que se utilizarán).**

**6.1.- Aportación al Proyecto Lingüístico del centro (PLC)**

*Un aspecto importante que como docentes debemos tener en cuenta es promover la lectura de textos vinculados a la asignatura. Pueden ser de diferente índole o naturaleza. También, es importante el desarrollo de actividades que fomenten buenas prácticas comunicativas que contribuyan al desarrollo del pensamiento crítico en nuestro alumnado. Todas estas actividades se encuentran enmarcadas en el Proyecto lingüístico de centro (PLC) y se difundirán a través del periódico del mismo.*

**6.2.- Estrategias Metodológicas**

Se utilizará principalmente el método de enseñanza mediante la búsqueda, en el que se anima al estudiante a que reflexione, investigue, observe, comparta conocimientos y trabaje en equipo.

El papel del profesor será principalmente el de guía, proponiendo al estudiante trabajos que le lleven a conseguir los objetivos descritos en esta programación, preparándole así para una mejor inserción en el mundo laboral.

En el ámbito conceptual, el profesor dará un guion para que los alumnos desarrollen los apuntes que se expondrán en clase, dónde se dará pie al alumnado para que participe activamente preguntando dudas, interviniendo con propias experiencias, etc. De los temas expuestos se mandarán trabajos y actividades, que servirán de investigación por parte de ellos y complementan la parte conceptual. Tras la introducción y exposición de la materia por parte del profesor, teniendo como herramientas de trabajo, las explicaciones, esquemas, transparencias, bibliografía recomendada, etc.

El alumno/a realizará pruebas escritas periódicas, así como exposiciones prácticas de contenidos y trabajos, producto de su asimilación e investigación manejando la documentación recibida y la bibliografía específica de la materia.

Para la evaluación del alumno se van a establecer criterios objetivos, para ello se va a establecer técnicas de medición cuantitativas.

Para ello se van a utilizar pruebas previamente elaboradas, donde el juicio del profesor no altera los resultados. Los medios e instrumentos encuadrados en éstos se denominan procedimientos de experimentación o rendimiento:

- Exámenes teóricos y prácticos. Puntuación entre 0 y 10 puntos.



## MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21

- Trabajos Teóricos y/o Prácticos. Los obligatorios y voluntarios puntúan hasta 10 puntos. Entre estos trabajos se encuentran:
  - Diario de clase, donde un alumno recogerá en una ficha los contenidos prácticos de ese día
  - Tareas: el profesor encomendará tareas de investigación al alumnado para la ampliación y afianzamiento de los contenidos
  - Exposiciones: se encargará alumno el desarrollo de un determinado contenido, siguiendo el guion que el profesor le asigne y bajo su supervisión, para su posterior exposición en clase.
  - Desarrollo de sesiones prácticas donde el profesor asignará el contenido a desarrollar.
  - Trabajos grupales: el proceso sería idéntico al anterior pero realizándose grupalmente.
  - Asistencia a charlas, encuentros, cursos, etc, que el profesor irá proponiendo. Estas son voluntarias y sumarán en la nota final 0.25 pts.

Para ambos se establecerán rúbricas donde el alumno estará informado de cómo se evaluará y calificará cada una de las pruebas o tareas que se le encomiende. Para la comunicación entre profesor y alumno se utilizarán diferentes medios aprovechando las nuevas tecnologías: correo electrónico, whatsapp y plataformas educativas (Moodle y Classroom).

Una de las cuestiones que se dejará muy claro al alumno son las faltas de asistencia, ya que siguiendo el reglamento de funcionamiento interno de nuestro centro, el alumnos perderá la evaluación continua cuando exista un 20% de faltas.

Dada la vinculación que tiene el Centro con la lectura y la CCL, una parte de los trabajos, que forman parte de los instrumentos de evaluación exigirán la lectura y la mejora de la expresión oral y escrita. Así mismo se fomentará la lectura de artículos de la actualidad, relacionados con el tema propuesto salud, actividad física, etc.

### **6.3.- Modificaciones de la programación debido a la situación de emergencia sanitaria.**

Los contenidos del módulo no se verán modificados, debido a que son considerados esenciales y necesarios para la obtención de la cualificación del mismo. La secuenciación de los mismos se mantendrá debido a que consideramos que es la idónea. Así como la temporalización y dedicación.

Si bien hay que comentar que en enseñanza online, no todas las horas del módulo serán presenciales, desde Jefatura de Estudios, se propondrá un calendario para vídeollamadas y trabajo en casa de los contenidos.

En relación a la metodología, además de los principios metodológicos, estrategias didácticas e instrumentos de evaluación mencionados anteriormente, incluiremos las siguientes observaciones que tendrán relevancia en la enseñanza a distancia:

- Se utilizarán las distintas plataformas disponibles, destacando Moodle y Classroom, para la transmisión de materiales y comunicaciones
- También se hará uso de aplicaciones para hacer vídeollamadas, resolución de dudas y explicaciones sobre temario y procesos.
- Se utilizará el correo electrónico y whatsapp como herramienta de notificación y comunicación.
- Se adaptará la temporalización de los contenidos trabajados en función de las necesidades del grupo-clase, y de las situaciones que puedan darse en el desarrollo de los contenidos

La calificación del módulo seguirá realizándose en función de los RA de la orden y de la ponderación acordada. Sin embargo, la enseñanza a distancia otorga más autonomía al alumnado y una mayor responsabilidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

También hay que tener en cuenta que este módulo es mayormente práctico (dedicándole 4 de las 5 horas semanales a sesiones prácticas). Por ello, la ponderación otorgada a los criterios de evaluación curriculares y comunes variará, eliminándose aquellos que hacen referencia a la parte práctica repartiéndose su ponderación entre los que se utilicen.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|                 | U.D.      | TÍTULO                           | TEMPORALIZACIÓN PRESENCIAL | TEMPORALIZACIÓN DISTANCIA |       |
|-----------------|-----------|----------------------------------|----------------------------|---------------------------|-------|
|                 |           |                                  |                            | D. D.                     | OT AC |
| 1ª EVALUACIÓN   | 1         | LA NATACIÓN                      | 25                         | 25                        |       |
|                 | PRÁCTICAS |                                  | 36                         |                           |       |
| 2ª EVALUACIÓN   | 2         | SOCORRISMO Y SALVAMENTO ACUÁTICO | 22                         | 22                        |       |
|                 | PRÁCTICAS |                                  | 48                         |                           |       |
| 3ª EVALUACIÓN   | 3         | FITNESS ACUÁTICO                 | 18                         | 18                        |       |
|                 | PRÁCTICAS |                                  | 36                         |                           |       |
| Total de horas: |           |                                  | 185                        | 65                        |       |

**7.- MATERIALES DIDÁCTICOS.**

LIBRO DE TEXTO: Apuntes elaborados por el profesor y los alumnos a modo de presentación a partir de un guion establecido por el profesor del módulo y que antes serán corregidas (Bibliografía de consulta).

Para la exposición se utilizará proyector y fotocopias. Así como la pizarra.

Los alumnos podrán acceder a dichos apuntes a través del aula virtual, donde el profesor colgará dichos materiales, así como las distintas tareas que se vayan anunciando en clase. El alumno deberá de entregar dichas tareas del mismo modo, es decir en el aula virtual, de esta manera existirá una comunicación directa entre profesor y alumno además de retroalimentación.

**OTROS RECURSOS Y MATERIALES:**

**Instalaciones y espacios formativos.**

- Aula de teoría: dispuestas por el Ayuntamiento de Montilla (en Pabellón de Deportes, Pista de Atletismo y Envidarte).
- Instalaciones deportivas municipales: piscina cubierta.
- Biblioteca del departamento.
- Biblioteca del centro.
- Biblioteca del SMD
- Aula de informática del centro.
- Biblioteca municipal.

**Materiales didácticos.**

- Bibliografía del departamento.
- Bibliografía de la biblioteca del centro.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- Bibliografía de la biblioteca municipal.
- Material deportivo asignado al Departamento de Actividades Físicas y deportivas.
- Material deportivo del Departamento de Educación Física.
- Material solicitado al SMD

**8.- CRITERIOS DE CALIFICACIÓN, PONDERACIÓN DE RESULTADOS DE APRENDIZAJE Y RECUPERACIÓN.**

La Orden de 29 de septiembre de 2010, por la que se regula la evaluación, certificación, acreditación y titulación académica del alumnado que cursa enseñanzas de formación profesional inicial que forman parte del sistema educativo en la Comunidad Autónoma de Andalucía, debe ser la base de los criterios de calificación del módulo.

En su Artículo 2, esta Orden nombra las bases de la evaluación del alumnado:

- Evaluación continua.
- Enseñanza presencial.
- Evaluación por medio de los resultados de aprendizaje y los criterios de evaluación que dicta la Orden que regula el Ciclo.

**8.1. Criterios de calificación (Especificar rúbricas de evaluación).**

La calificación según la normativa se hará tomando como base los criterios mínimos de evaluación que propone la orden que regula el ciclo formativo al que pertenece el presente módulo profesional y los criterios propios desarrollados en las unidades didácticas presentadas.

La calificación será un número entero sin decimales tanto en las evaluaciones informativas como en la evaluación final:

El redondeo se efectuará a la cifra entera inmediatamente superior cuando la cifra decimal sea igual o superior a 0.5 siempre y cuando la calificación global sea igual o superior a 5. En caso contrario, se tomará la parte entera de la calificación obtenida.

**La nota informativa de cada trimestre se obtendrá de:**

**1.- CONTENIDOS TEÓRICOS. (Saber)**

Este apartado tendrá un valor dependiendo de la evaluación que se esté desarrollando, quedando del siguiente modo:

1ª Evaluación: Prueba Escrita (30% – RA1); Exposiciones (15% – RA3); Observaciones (10% – RA4); Desarrollo de sesiones y tareas diarias (10% – RA 4) y Fichas sesiones (5% – RA 4)

2ª Evaluación: Prueba Escrita (8% – RA6); Exposiciones (6% – RA6); Desarrollo de sesiones y tareas diarias (6% – RA)

3ª Evaluación: Prueba Escrita (30% – RA1- RA 2); Exposiciones (10% – RA3); Observaciones (10% – RA4); Desarrollo de sesiones y tareas diarias (5% – RA 4) y Fichas sesiones (5% – RA 4)

Se realizarán al menos una prueba objetiva teórica por evaluación.

- La nota de pruebas correspondiente a una unidad de trabajo tendrá la característica de superada si la nota ponderada de los dos elementos anteriores es mayor o igual a 5.00.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- Si en una prueba se percibe que un alumno está copiando o ha copiado se actuará conforme a lo establecido en el PLAN DE CENTRO en el documento “Sistema de seguimiento de las normas y sus correcciones / conductas contrarias a las prescritas para la realización de pruebas evaluativas”, según el cual, el alumnado incurre en una falta grave por impedir el normal trabajo del profesorado en su evaluación.
- En caso de sospecha de copia se realizará un parte disciplinario por falta grave. En caso de trabajar online se considera especialmente grave la copia de trabajos y pruebas evaluativas. La certeza de copia se penalizará calificando la prueba evaluativa con 1, teniendo que asistir el alumno a recuperación trimestral o final según se disponga.
- Los contenidos de las pruebas objetivas teóricas podrán versar sobre cualquier tema explicado por el profesor en clase.
- La realización de las pruebas objetivas teóricas es obligatoria para el alumno. En caso de falta del alumno a la prueba escrita, se le repetirá sólo en el caso de presentar justificante de asistencia a médico, justificante de asistencia a deberes inexcusables (juzgados, actos electorales, etc.). En caso de no realizarla se indicarán N.E. (No Evaluado). Cada alumno tendrá derecho a la repetición de una única prueba objetiva teórica por curso.

Cuando la prueba objetiva teórica engloba a una o varias unidades de trabajo, la nota de la prueba será la que aparezca en cada una de las notas de las unidades de trabajo incluidas en dicha prueba.

## 2.- CONTENIDOS PRÁCTICOS (Habilidades, destrezas). (Saber hacer).

Al igual que en el caso anterior, la calificación de los contenidos prácticos estará supeditada a la evaluación en la que se realicen, quedando del siguiente modo:

- 1ª Evaluación: Prueba prácticas (30%) – RA5
- 2ª Evaluación: Prueba prácticas (80%) – RA6
- 3ª Evaluación: Prueba prácticas (40%) – RA5

- Una PRÁCTICA será superada por el alumno si su nota es mayor o igual que 5.00
- Para poder superar una práctica es imprescindible la realización de ésta.

Los ítems a tener en cuenta a la hora de realizar la evaluación del alumnado en estos procedimientos son los siguientes:

- Aplicación de las nociones explicadas anteriormente en clase a la actividad propuesta.
- Empleo de un orden lógico a la hora de realizar las distintas actividades propuestas por el profesor.
- Tiempo empleado en la realización de las tareas encomendadas.
- Utilización correcta de materiales e instalaciones.
- Vocabulario técnico usado por el alumno durante las sesiones. Se premia la utilización de un vocabulario técnico acorde con lo que se está estudiando y trabajando en el tiempo de clase.
- Aplicación y cumplimiento de las normas de seguridad e higiene.
- Interés por el trabajo (atención, inquietud, participación, observación...)
- Si en una prueba se percibe que un alumno está copiando o ha copiado se actuará conforme a lo establecido en el PLAN DE CENTRO en el documento “Sistema de seguimiento de las normas y sus correcciones / conductas contrarias a las prescritas para la realización de pruebas evaluativas”, según el cual, el alumnado incurre en una falta grave por impedir el normal trabajo del profesorado en su evaluación. Para trabajo online, la certeza de copia se penalizará calificando la prueba evaluativa con 1, teniendo que asistir el alumno a recuperación trimestral o final según se disponga.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- En caso de sospecha de copia se realizará un parte disciplinario por falta grave.

**En el supuesto de que se produzca un periodo de clases no presenciales. El desglose del % de los contenidos prácticos podrán sufrir modificaciones para adaptarlo las circunstancias excepcionales. Llegado el momento se procederá a la adaptación y será aprobado en reunión de departamento.**

| Resultados de aprendizaje   | Ponderación | Instrumentos de Evaluación  |
|---|-------------|---|
| 1. Analiza las características de las actividades de fitness acuático, relacionándolas con los procesos de adaptación que provocan en el organismo.                         | 12%         | Prueba Escrita<br>Trabajo Individual<br>Prueba práctica<br>Trabajo Práctico |
| 2. Organiza los recursos implicados en los eventos y programas de fitness acuático y en el socorrismo acuático, definiendo criterios de versatilidad, eficacia y seguridad. | 12%         | Prueba Escrita<br>Trabajo Individual<br>Prueba práctica<br>Trabajo Práctico |
| 3. Programa actividades de fitness acuático, teniendo en cuenta las necesidades de las personas usuarias y los espacios de intervención.                                    | 12%         | Prueba Escrita<br>Trabajo Individual<br>Prueba práctica<br>Trabajo Práctico |
| 4. Diseña sesiones de fitness acuático, adaptándolas a los objetivos de referencia y a los medios disponibles.  | 12%         | Prueba Escrita<br>Trabajo Individual<br>Prueba práctica<br>Trabajo Práctico |
| 5. Dirige las actividades de fitness acuático, adaptando la intervención a la dinámica de la actividad y del grupo  | 12%         | Prueba Escrita<br>Trabajo Individual<br>Prueba práctica<br>Trabajo Práctico |
| 6. Aplica técnicas específicas de rescate en el medio acuático en casos simulados de accidente o situación de emergencia, siguiendo protocolos de salvamento y rescate.     | 40%         | Prueba Escrita<br>Prueba Práctica<br>Trabajo Individual<br>Trabajo Práctico |

**Notas importantes:**

- **El alumno/a que falte un máximo del 20% del total de horas del módulo (faltas justificadas e injustificadas), perderá el derecho a la evaluación continua como se recoge en el plan de centro, teniendo derecho a la asistencia a las convocatorias de junio y la obligación de continuar asistiendo a clase. La pérdida de evaluación continua es acumulativa para las tres evaluaciones.**
- **El alumno recibirá el primer apercibimiento en un período de una semana a las 13 faltas, el segundo apercibimiento a las 26 faltas y el tercer apercibimiento y pérdida de evaluación continua a las 38 faltas. Faltas justificada e injustificada.**
- En caso de docencia online, dicha situación no podría aplicarse debido a la posibilidad de que exista brecha digital o problemas de conexión por parte del alumnado.
- La nota final de cada trimestre será la ponderación de los resultados de aprendizaje evaluados.
- La nota final del módulo quedará determinada por la ponderación de la totalidad de los resultados de aprendizaje impartidos durante el curso.



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

- En todo caso, para superar el módulo hay que obtener como mínimo un 50% de la máxima puntuación en el promedio final de la totalidad de resultados de aprendizaje. En caso de no superar el módulo en primera instancia, se llevará a cabo una recuperación de los resultados de aprendizaje pendientes en convocatoria ordinaria.
- Se evaluará la adquisición de los contenidos asociados a los resultados de aprendizaje a través del desarrollo de las distintas unidades trabajo atendiendo a los criterios de evaluación con su correspondiente peso asignado en la tabla anterior.
- El alumno no presentado a una prueba escrita o práctica, o bien, no entregar un trabajo en los plazos establecidos, ya sea por causa justificada o injustificada, este será valorado como 0, y se hará la media con el resto de pruebas.
- El alumno tendrá un máximo de 4 convocatorias para superar el módulo.

Para la corrección de las tareas y actividades encomendadas al alumnado se utilizarán diversas rúbricas, a las cuáles el alumno siempre tiene acceso en la plataforma Moodle que es donde se entregarán dichas actividades. De este modo el alumno siempre tiene como referencia a la hora de realizar cualquiera de estas tareas la rúbrica consignada. Entre las rúbricas que se van a utilizar están las que a continuación se exponen. Especificar que este módulo tiene bastantes rúbricas, una para cada actividad teórica e incluso se pueden ir sumando más si el profesor estima oportuno realizar alguna tarea más de las propuestas, por este motivo se van a exponer alguna de las rúbricas:

1º.- Rúbrica de actividad presentada por el alumno en modo presentación de tema de Natación

|                          |  |   |  |   |
|--------------------------|--|---|--|---|
| Contenido                | El contenido es mínimo sobre los puntos propuestos.<br>0puntos   | Incluye información básica sobre el tema: menos de la mitad de los puntos propuestos<br>0.25puntos    | Incluye conocimiento básico sobre el tema. Más de la mitad de los puntos propuestos y con contenidos<br>0.5puntos          | Cubre los puntos propuestos en profundidad con detalles y ejemplos. El conocimiento del tema es excelente.<br>1puntos       |
| Organización             | La organización no estuvo clara o fue lógica. Sólo muchos hechos.<br>0puntos                                     | La mayor parte del contenido está organizado lógicamente.<br>0.25puntos                               | Usó títulos y listas para organizar, pero la organización en conjunto de tópicos aparenta debilidad.<br>0.5puntos          | Contenido bien organizado usando títulos y listas para agrupar el material relacionado.<br>1puntos                          |
| Relación textos/gráficos | Las imágenes y el texto están desequilibrados o no son pertinentes y tienen una finalidad decorativa.<br>0puntos | No hay equilibrio entre imágenes y texto y algunas carecen de relevancia o pertinencia.<br>0.25puntos | El texto está correctamente ilustrado y equilibrado con las imágenes aunque alguna de ellas no es pertinente.<br>0.5puntos | El texto está correctamente ilustrado con gráficos o imágenes pertinentes estando equilibrados texto e imágenes.<br>1puntos |
| Exposición               | El ponente apenas conoce el tema y de forma continuada lee la presentación. La exposición resulta                | El ponente conoce poco el tema del que habla recurriendo numerosas veces a la lectura de la           | El ponente conoce bastante bien el tema del que habla e hila las ideas del mismo, aunque necesita                          | El ponente conoce perfectamente el tema del que habla y lo hace de forma clara y amena,                                     |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|              |   |  |  |   |
|--------------|---|--|--|---|
|              | monótona y confusa, sin expresividad y muy entrecortada.<br>0puntos   | presentación y su discurso está entrecortado y poco hilado.<br>0.25puntos                              | consultar de vez en cuando la presentación. La exposición es clara y amena.<br>0.5puntos                                       | hilando las ideas y poniendo ejemplos sin necesidad de leer la presentación.<br>1puntos   |
| Exposición   | No se entiende lo que está contando<br>0puntos  | Se entrecorta el discurso y no se dirige al público<br>0.25puntos                                      | Se entiende lo que se dice, pero no se dirige al público<br>0.5puntos  | Habla de forma alta y clara. Se dirige al público de forma natural<br>1puntos   |
| Puntuación   | Más de cuatro errores de ortografía y de gramática<br>0puntos   | Cuatro errores de ortografía y/o errores gramaticales.<br>0.25puntos                                   | Tres ó menos faltas de ortografía y/o errores de puntuación.<br>0.5puntos  | No hay faltas de ortografía ni errores gramaticales.<br>1puntos   |
| Presentación | No hay presentación<br>0puntos  | La presentación presenta deficiencias o defectos y los contenidos están demasiado juntos<br>0.25puntos | Presentación bien hecha pero los contenidos no se aprecian correctamente<br>0.5puntos  | Presentación está bien hecha y bien repartidos los contenidos<br>1puntos  |
| Preguntas    | Los ponentes contestan con generalidades, de forma vaga y poco precisa e incurrn en numerosos errores.<br>0puntos | Los ponentes responden de forma confusa a las preguntas y cometen más de dos errores.<br>0.25puntos    | Los ponentes responden de forma clara y precisa a las preguntas aunque cometen algún error en las contestaciones.<br>0.5puntos | Los ponentes contestan de forma precisa a las preguntas ampliando incluso la información dada en la presentación sin cometer ningún error.<br>1puntos |
| Vídeos       | No presenta vídeos<br>0puntos   | Presenta vídeos pero no relacionados<br>0.25puntos   | Presenta vídeos relacinados con el tema ero no se ajustan a duración<br>0.5puntos  | Presentan videos relacionados con el tema y se ajustan a tiempo<br>1puntos  |
| Duración     | Dura menos de 5 minutos<br>0puntos  | Dura menos 10 minutos<br>0.25puntos  | Dura más de 25 minutos<br>0.5puntos  | De 15 a 25 minutos<br>1puntos   |

2º.- Rúbrica de actividad presentada por el alumno de las prácticas que se desarrollan en la piscina, donde se tienen que recoger todos los ejercicios que en ellas se hagan.

|                       |                                 |                                       |   |
|-----------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---|
| Introducción Correcta | No rellena apartados<br>0puntos | Mitad apartados rellenos<br>0.5puntos | Todos los apartados y objetivo bien planteado |
|-----------------------|---------------------------------|---------------------------------------|---|



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

1puntos

|  |                              |  |  |
|--|------------------------------|--|--|
| Todos los ejercicios                       | Menos de la mitad<br>0puntos | La mitad<br>0.5puntos                                      | Todos<br>1puntos   |
| Nombre del Juego                           | Menos de la mitad<br>0puntos | La mitad<br>0.25puntos                                     | Todos<br>0.5puntos   |
| Explica organización en los ejercicios     | Menos de la mitad<br>0puntos | La mitad<br>0.25puntos                                     | Todos<br>0.5puntos   |
| Explica el espacio utilizado               | No lo explica<br>0puntos     | Someramente<br>0.25puntos                                  | Bien explicado<br>0.5puntos                                |
| Material necesario en cada ejercicio/juego | No lo pone<br>0puntos        | Lo pone en la mitad<br>0.25puntos                          | Todos<br>0.5puntos   |
| Explicación Correcta de los Ejercicios     | Mala<br>0puntos              | Regular<br>0.5puntos                                       | Buena<br>1puntos   |
| Añade variantes                            | No añade<br>0puntos          | Añade pero no tienen que ver con el ejercicio<br>0.5puntos | Añade y están relacionadas con el ejercicio<br>1puntos     |
| Representación Gráfica                     | No se hace<br>0puntos        | No tiene que ver con el ejercicio<br>0.5puntos             | Relación entre ejercicio y representación<br>1puntos       |
| Observaciones                              | No se hacen<br>0puntos       | Se hacen observaciones organizativas<br>0.5puntos          | Se hacen observaciones organizativas y técnicas<br>1puntos |
| Desarrolla comentario acerca de la sesión  | No lo hace<br>0puntos        | No está bien desarrollado<br>1puntos                       | Está bien argumentado<br>2puntos                           |

Se han puesto dos ejemplos de rúbricas, pero existen algunos más y que haría este documento muy extenso.

**8.2.- Ponderación de los Resultados de Aprendizaje y/o de los Criterios de evaluación**

| Resultado Aprendizaje | Criterios de Evaluación   | Ponderación sobre la nota final | Unidades de trabajo | Evaluación       |
|-----------------------|---------------------------|---------------------------------|---------------------|------------------|
| RA 1                  | a, b, c, d, e, f, g, h    | 12%                             | 1 – 3               | 1ª Ev.<br>3ª Ev. |
| RA 2                  | a, b, c, d, e, f          | 12%                             | 1 – 3               | 1ª Ev.<br>3ª Ev  |
| RA 3                  | a, b, c, d, e, f, g, h    | 12%                             | 1 – 3               | 1ª Ev.<br>3ª Ev. |
| RA 4                  | a, b, c, d, e, f, g, h    | 12%                             | 1 - 3               | 1ª Ev<br>3ª Ev   |
| RA 5                  | a, b, c, d, e, f, g, h, i | 12%                             | 1 - 3               | 1ª Ev<br>3ª Ev   |



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

|      |                        |      |   |        |
|------|------------------------|------|---|--------|
| RA 6 | a, b, c, d, e,<br>f, g | 40 % | 2 | 2ª Ev. |
|------|------------------------|------|---|--------|

### 8.3- Medidas de Recuperación

El alumnado que durante el curso no hayan alcanzado los objetivos generales, se les insistirá particularmente, proponiéndoles actividades, tanto teóricas como prácticas, y explicaciones complementarias, para que así adquieran los conocimientos y habilidades que se consideran como mínimos.

En cuanto a la recuperación de los alumnos que vayan obteniendo calificaciones negativas en las diferentes pruebas que se vayan realizando, tendrán una recuperación de la materia no superada una por evaluación y una final en el mes de junio.

La nota de ambas pruebas deberá ser igual o superior a 5 puntos.

**El alumno/a que no haya superado los RESULTADOS DE APRENDIZAJE establecidos para el módulo en el mes de junio no aprobará el módulo.**

#### **El Proceso final de la Evaluación**

**El alumno/a que pierda el derecho a la evaluación continua, o que no superar la evaluación ordinaria, participará en un proceso de evaluación final, a realizar en el mes de junio, que constará una prueba objetiva de los contenidos teóricos del curso y prácticas.**

**Nota: el alumno que pierda la evaluación continua, tendrá que seguir asistiendo a clase para poder optar a la evaluación de junio.**

**En el caso, de un período excepcional para las recuperaciones se tendrá en cuenta:**

- Para las recuperaciones se seguirá el mismo procedimiento que sea establecido anteriormente y solo se adaptará a las modificaciones que se realicen. Se realizarán exámenes individuales para que cada alumno obtenga un examen personalizado que permita aplicar medidas de atención a la diversidad y recuperar sólo los contenidos suspensos.
- Los criterios de calificación son conforme a la programación del módulo.
- Los criterios de evaluación conforme al currículo y a la programación.

### 9.- INDICADORES DE LOGRO SOBRE LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA Y PRÁCTICA DOCENTE.

El Centro tiene establecidos indicadores de logro del proceso de enseñanza y aprendizaje que sirven para evaluar el funcionamiento de la asignatura como dice el RD 1105 de 2014 (Art. 20.4). Estos son:

**Indicadores enseñanza:** Se miden mediante los siguientes parámetros, una vez por trimestre, y en función de su resultado, se adoptan las medidas correctivas adecuadas

**.- Programación impartida.** este indicador mide en porcentaje, el número de temas impartidos en el trimestre, entre el número de temas que se había previsto impartir en el mismo. Tiene que ser superior al 85%.

**.- Horas impartidas.** este indicador mide en porcentaje, el número de horas impartidas en el trimestre, entre el número de horas que se habían previsto durante el mismo. Tiene que ser superior al 90%.



## MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21

.- **Asistencia del alumnado.** este indicador también se expresa en porcentaje. Se calcula el número de faltas totales del grupo (justificadas o no), del alumnado que asiste regularmente a clase, y se divide entre el número de horas totales que se han impartido en el trimestre. La cantidad que se obtiene se detrae del 100%. Tiene que ser superior al 90%.

.- **Alumnado aprobado.** también se expresa en porcentaje. Es la división entre el número de alumnos aprobados en el grupo en cada trimestre, entre el número total de alumnos que componen el grupo y asisten regularmente a clase. Tiene que ser superior al 70 %.

**Indicadores de la práctica docente:** Otro aspecto a evaluar es la propia práctica docente. Como ejemplos de estos indicadores están los siguientes.

.- **Uso de las TIC en el aula.** este indicador mide el número de veces que se hace uso de las TICs en el aula, tanto por parte del alumnado, como por el profesorado. Es un buen indicador para alcanzar una de las líneas de actuación en el proceso de enseñanza aprendizaje (*la utilización de aplicaciones informáticas y nuevas tecnologías en el aula*). Se acuerda en el departamento, a pesar de contar con menos recursos que los propios del centro, hacer uso de las TIC, de modo habitual.

.- **Actividades motivadoras.** este indicador mide el número de veces que se realizan actividades *distintas* a las habituales de enseñanza- aprendizaje, (tales como dinámicas de grupo, debates, trabajos de investigación, kahoot, etc), que hacen que el desarrollo del módulo se haga distinto y motivador para el alumnado. Se acuerda en el departamento realizar actividades motivadoras, con frecuencia, ya que los contenidos del módulo lo permiten.

### 10- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD:

#### .- DETECCIÓN.

Para detectar aquellos alumnos que necesiten alguna medida de atención a la diversidad se recurrirá en primer lugar a la aplicación “SENECA” que la Junta de Andalucía tiene a disposición del profesorado con la información necesaria del alumnado para el desarrollo de su aprendizaje. Donde el tutor del grupo podrá informar al profesorado de los alumnos que hayan sido objeto de algún tipo de informe durante los años anteriores en lo que ha estado escolarizado.

En segundo lugar se utilizará la observación del profesor durante las primeras clases, así como la evaluación inicial del módulo.

Y por último se acudirá al departamento de Orientación para que evalúe, dictamine y aconseje sobre qué medidas adoptar en cada caso.

#### .- ACTUACIONES.

Se adaptará el proceso de enseñanza-aprendizaje a cada alumno según sus circunstancias particulares. Para esto se podrá utilizar las estrategias de Refuerzo, Clases de Apoyo, Adaptación Curricular General y Adaptación Curricular Individual, según precise el alumnado.

También a los alumnos y alumnas con Necesidades Educativas Especiales, considerados como tales, se les pedirá ayuda al Departamento de Orientación para que me ayuden en aquello que sea preciso para la adaptación del trabajo del módulo profesional.

Los alumnos que presenten algún tipo de minusvalía o sean calificados como alumnado con necesidades educativas específicas, se realizarán las adaptaciones de acceso al currículo (sobre todo en relación a los recursos materiales y a los espacios de práctica) que sean necesarias, aunque en nuestro contexto estas adaptaciones no afectan al proceso de evaluación, ya que no hay modificaciones en los elementos básicos del currículo. La adaptación se recogerá en cada caso concreto en las distintas programaciones de aula. Desde este departamento se estima que los alumnos que se encuentran en estas circunstancias sólo se le adaptará el currículum en el aspecto conceptual mediante los objetivos mínimos, ya que en el aspecto procedimental y actitudinal no existe ningún alumno que no pueda desarrollarlos. Los alumnos que necesitan de una adaptación curricular se llevará a cabo en colaboración con el departamento de orientación, quien será el encargado de establecer las pautas a seguir en cada caso. Para aquel alumno que necesite una modificación del currículum general que se ajuste específicamente a él se le realizarán una serie de adaptaciones como son:



**MATERIA: ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN EL AGUA NIVEL: 1º CURSO: 20-21**

1. Adaptaciones en los métodos de enseñanza. Se plantearán por parte del profesor refuerzos explicativos, actividades reeducativas, preparatorias, etc.
2. Adaptaciones en la temporalización. Se puede prolongar un determinado contenido o acotarlo en función de las posibilidades de este alumno.
3. Adaptaciones en la evaluación. Se adaptarán los criterios de evaluación a cada caso teniendo en cuenta que objetivos o contenidos puede alcanzarse por parte del alumno.
4. Adaptaciones en los contenidos. Se plantearán dentro de cada uno de los contenidos actividades asequibles a la ejecución del alumno.

Adaptaciones en los objetivos. No se le exigirá al alumno más allá de las posibilidades de éste, no intentando nunca igualarlo al resto de compañeros.

**.- EVALUACIÓN.**

Para evaluar al alumno se adaptarán los criterios en función de las necesidades que presente éste. Se podrán adaptar tanto los contenidos prácticos como los conceptos.

**11.- EVALUACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.**

Dentro del módulo los indicadores que se van a seguir son los siguientes:

- \*Cumplimiento de la programación: nº de temas previstos e impartidos
- \*Cumplimiento de las horas de clase: horas previstas y las impartidas
- \*Asistencia del alumnado
- \*Relación entre el número de alumnos evaluados y aprobados/suspensos
- \*Grado de éxito de las Adaptaciones curriculares establecidas
- \*Clima del aula: número de amonestaciones escritas o actitudes negativas que se dan dentro de esta.
- \*Recursos materiales: los materiales e instalaciones se adecuan a las necesidades
- \*Motivación del alumnado: opinión del alumnado mediante tormenta de ideas.